

INFECȚII ALE GÎTULUI

Durerile la nivelul gîtului sînt comune la copiii de toate vîrstele și deseori însoțesc alte boli, cum ar fi guturaiul sau gripa. În cele mai multe cazuri, cu dureri ușoare, vindecarea apare în câteva zile, dar o infecție mai severă, în special dacă sînt afectate amigdalele, poate să producă febră și o durere atît de mare încît înghițitul este dificil și dureros.

CHEMAȚI DOCTORUL

Consultați doctorul imediat ce este posibil cînd copilul:

- ▲ are o durere atît de mare încît înghițitul e dureros;
- ▲ e evident că nu-i e bine și are febră sau o erupție;
- ▲ are amigdale infectate;
- ▲ nu a fost vaccinat împotriva difteriei.

DURERILE ÎN GÎT

Ce sînt?

Durerile la nivelul gîtului sînt date de o infecție care face zona dureroasă și roșie. Poate fi parte din semnele unui guturai sau ale unei gripe (vezi pp.194-195) sau poate fi unul din primele semne de rubeolă sau oreion (vezi pp.197-200). Cînd au o infecție la nivelul gîtului, copiii pot avea dureri la nivelul urechilor (vezi pp. 204-205).

SEMNE/SIMPTOME

- ▲ ezită să mănînce, deoarece înghițitul e dureros;
- ▲ gît roșu, ca „jupuit”;
- ▲ dureri la nivelul urechilor (vezi p. 204-205);
- ▲ temperatură ușor crescută;
- ▲ ganglioni tumefiați;
- ▲ dureri în zona stomacului la copii mici.

Ce pot face?

1 Rugați-vă copilul să se întoarcă spre o lumină puternică și să deschidă gura. Examinați cu grijă peretele posterior al gîtului (faringelui) (vezi p.183). Dacă durerea e intensă, va avea un aspect roșu, ca jupuit, și s-ar putea să vedeți pete cremoase.

2 Palpați ușor părțile laterale ale gîtului și imediat sub unghiurile mandibulei, pentru a verifica dacă ganglionii sînt tumefiați (vezi p. 183).

3 Dați-i copilului multe lichide reci și treceți-l pe hrană lichidă, dacă îl doare cînd înghițe. E posibil ca alimentele reci, cum ar fi înghețata, să poată fi înghițite cu mai puține dureri decît alimentele calde.



4 Luați-i temperatura copilului (vezi p. 187) și, dacă este peste normal, dați-i doza recomandată de sirop de paracetamol pentru a-i scădea febra.

Ce ar putea face doctorul?

Cele mai multe cazuri cu dureri ușoare la nivelul gîtului nu necesită tratament, dar dacă doctorul suspectează că infecția este produsă de bacterii, s-ar putea să prescrie un antibiotic.

AMIGDALITA

SEMNE/SIMPTOME

- ▲ gît foarte dureros;
- ▲ amigdale roșii și de dimensiuni crescute, posibil acoperite cu pete cremoase;
- ▲ temperatură de peste 38° C;
- ▲ ganglioni tumefiați.



Ce este?

Amigdalita este o inflamație a amigdalelor, producînd dureri mari la nivelul gîtului și alte simptome de boală. Amigdalele sînt situate în partea posterioară a gîtului, cîte una pe fiecare parte, și au rolul de a împiedica răspîndirea infecțiilor.

Ce pot face?

1 Examinați amigdalele copilului și palpați-i ganglionii (vezi p.183). Dacă sînt infectate, amigdalele sînt mari și roșii și pot avea pete cremoase.

2 Luați-i temperatura (vezi p.187) și, dacă e nevoie, dați-i sirop de paracetamol.

3 Încurajați-l să bea din plin, în special dacă are febră. Dați-i băuturi reci și hrană lichidă sau semilichidă.

Ce ar putea face doctorul?

Doctorul va examina gîtul copilului și îi poate lua un exsudat faringian cu ajutorul unui tampon steril. Poate prescrie un antibiotic pentru a vindeca repede infecția.

Dacă astfel de amigdalite sînt frecvente și afectează starea de sănătate a copilului, doctorul poate recomanda scoaterea lor. Totuși, această operație este rareori făcută înainte de vârsta de patru ani.

ÎNGRIJIREA SĂNĂTĂȚII

TUSEA ȘI INFECȚIILE PULMONARE

De cele mai multe ori tusea la copiii mici este un simptom asociat gripei sau guturaiului (vezi pp.194-195), care produce o tuse seacă, iritativă. Tusea poate fi și simptom al unei infecții respiratorii (vezi pp. 209-211) sau un semn precoce al pojarului (vezi p. 198). O tuse persistentă, severă, caracterizează tusea convulsivă (vezi p. 201).

S-ar putea ca, după un guturai sau o gripă, copilul să facă o infecție pulmonară, dacă infecția se răspândește în jos, spre plămâni. Dacă are o infecție pulmonară, va avea și alte simptome pe lângă tuse: s-ar putea să respire cu dificultate și să expectoreze. Totuși, o respirație ușor șuierătoare e normală la copilul mic cu guturai sau gripă, deoarece căile sale aeriene sînt foarte înguste și se îngustează și mai mult dacă sînt inflamate în timpul bolii, astfel încît doar prezența unei respirații șuierătoare nu poate fi socotită semn de infecție. Uneori, o infecție pulmonară se dezvoltă ca o complicație a pojarului sau a tusei convulsive.

SEMENE DE URGENȚĂ

Solicitați imediat ajutor de urgență cînd copilul:

- ▲ are o nuanță albastruie în jurul gurii și limbii;
- ▲ respiră foarte rapid;
- ▲ respiră atît de zgomotos încît poate fi auzit de la distanță;
- ▲ pare a se lupta pentru a respira;
- ▲ starea i se înrăutățește brusc, în timpul unui guturai sau al unei gripei;
- ▲ e anormal de adormit;
- ▲ nu e capabil să vorbească sau să scoată sunetele obișnuite.

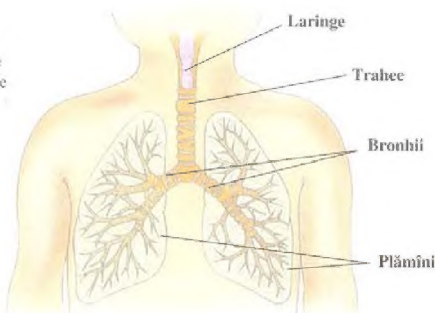
INFECȚII PULMONARE FRECVENTE

Copiii mai mici de un an și copiii cu vechi probleme pulmonare, cum ar fi astmul (vezi p. 210), sînt expuși infecțiilor pulmonare. Dacă fumați, copilul este mult mai expus la infecții pulmonare decît copiii nefumătorilor.

În cazul în care infecțiile respiratorii sînt frecvente, s-ar putea ca medicul să-i facă teste pentru a descoperi cauza.

Respirația

Cînd copilul inspiră, aerul este aspirat spre trahee și bronhiile (căile aeriene), ajungînd la nivelul plămînilor, unde oxigenul trece în sînge. Apoi sîngele va transporta oxigenul în tot corpul.



CRUPUL

Ce este?

Crupul este o inflamație a laringelui care determină tumefierea acestuia, astfel încît respirația copilului devine dificilă. Atacurile de crup tind să apară noaptea și durează de obicei aproximativ două ore.

SEMENE/SIMPTOME

- ▲ respirație dificilă;
- ▲ la înșpirare se produce un sunet puternic, ascuțit;
- ▲ tuse lătrătoare.

Ce pot face?

1 Mențineți-vă calmul și liniștiți-l pe copil. S-ar putea să fie foarte speriat și, dacă intră în panică, îi va fi și mai greu să respire.

2 Creați o atmosferă umedă, și cu aburi, punînd pe foc o oală cu apă sau dînd drumul apei fierbînt la baie. Aerul umed va ușura trecerea aerului și îl va ajuta să respire mai ușor.

3 Puneți cîteva perne la spatele copilului pentru a-l ține în poziție șezîndă sau luați-l în poală; în această poziție va putea să respire mai ușor.

CHEMAȚI DOCTORUL

Chemați doctorul dacă sînt prezente dificultăți de respirație sau dacă bănuieți că are crup.

Ce ar putea face doctorul?

Doctorul îl va liniști și va spune ce să faceți dacă atacul de crup va reveni. Ar putea prescrie un antibiotic și s-ar putea să vă dea și alt medicament pentru a ușura respirația copilului dacă apare alt atac. Dacă starea copilului e gravă, s-a putea ca doctorul să-l interneze în spital.

TUSEA

Ce este?

O tuse poate fi sau o reacție la o iritație la nivelul gâtului (faringelui) ori a laringelui, sau rezultatul unei infecții pulmonare. O tuse seacă, iritativă este rareori serioasă, semnificând că laringele sau laringele copilului sînt iritate, datorită unei gripe care produce mucus. Gîtul său poate fi, de asemenea, iritat de fum, dacă în jurul copilului există adulți care fumează. O infecție a urechii produce de asemenea o tuse uscată. Dacă tusea copilului are caracter umed și în special dacă expectorează, probabil are o infecție pulmonară. În timp ce în majoritatea cazurilor tusea nu este o problemă serioasă, ea poate fi un simptom în cadrul unor bronșite sau al unei pneumonii (vezi pp. 210-211).

CHEMAȚI DOCTORUL

Chemați doctorul dacă, aproximativ jumătate de oră, copilul dumneavoastră respiră mai repede ca de obicei, sau dacă respiră cu dificultate sau foarte zgomotos. Consultați doctorul imediat ce e posibil dacă:

- ▲ bebelușul are sub șase luni și tusește;
- ▲ tusea nu-l lasă pe copil să doarmă;
- ▲ tusea nu se ameliorează în trei zile;
- ▲ copilul are o tuse recurentă.

Ce ar putea face doctorul?

Doctorul îl va examina pe copil și îi va ausculta respirația. Dacă are o tuse uscată, doctorul poate prescrie un medicament de calmare a tusei pentru a-i potoli durerea de la nivelul gâtului. Dacă tusea provine de la nivelul plămînilor, s-ar putea ca medicul să facă unele teste diagnostice. Poate va prescrie antibiotice și poate un medicament care să ușureze eliminarea sputei.

Ce pot face?

1 Dacă are un acces brusc de tuse, verificați dacă nu a înghițit un obiect mic, bunăoară o bomboană sau un nasture. Dacă da, încercați să-l îndepărtați (vezi *Sufocarea*, p. 234), dar nu vă băgați degetele în gîtul copilului.

2 Cînd copilul are o tuse persistentă, încercați să-l ajutați să elimine sputa cînd tușește. Întindeți-l pe burtă în poala dumneavoastră, apoi bateți-l ritmic pe spate, dar nu prea puternic. E bine să aveți alături un vas în care să scuie toată sputa pe care reușește să o expectoreze.

Sustineți capul copilului ușor aplecat în jos

3 Asigurați-vă că tusea persistentă nu este rezultatul unei răceli. Astfel infecția se poate răspîndi în jos, producînd bronșită.



4 Cînd copilul are o tuse uscată, dați-i o băutură caldă la culcare, pentru a-i ușura tusea. Pentru un copil în vîrstă de peste 18 luni, faceți o băutură calmantă prin dizolvarea unei lingurițe de miere într-un pahar cu apă caldă și adăugați cîteva picături de lămîie.

5 Sprijiniți-l pe copil cu mai multe perne ca de obicei, noaptea, iar în cazul bebelușilor puneți o pernă sub saltea.

6 Dacă tusea copilului se înrăutățește într-o atmosferă cu fum, nu lăsați pe nimeni să fumeze în apropierea lui, respectiv țineți-l la distanță de zonele cu fum.

7 Nu-i dați nici un medicament de tuse pînă ce doctorul nu vă recomandă acest lucru.



BRONȘITA

Ce este?

Bronșita este o inflamație a mucoasei principalelor tuburi ce duc spre plămâni. Poate apărea după o gripă, un guturai sau o perioadă de dureri în gât, ca urmare a răspîndirii infecțiilor.

Probabil că nu-l va face pe copil să se simtă rău, dar va dormi mai greu dacă tusea tinde a se agrava noaptea.

SEMNE/SIMPTOME

- ▲ tuse zgomotoasă;
- ▲ ușor șuierat în timpul respirației;
- ▲ temperatură ușor crescută;
- ▲ nas care curge.

Ce pot face?

1 Ușurați-i respirația șuierătoare și ajutați-l să expectoreze în timpul accesului de tuse. Întindeți-l în poala dumneavoastră și bateți-l pe spate (vezi p. 209).

2 Luați-i temperatura și, dacă este crescută, dați-i sirop de paracetamol și multe lichide.

3 Puneți o pernă sub capul saltelei pentru a-l ridica ușor. Atunci când copilul se culcă, așezați-l pe mai multe perne (pentru a sta cu toracele ridicat) (vezi p. 209).

4 Pînă îi va fi mai bine, țineți copilul în casă, într-o cameră caldă, dar nu supraîncălzită.

CHEMAȚI DOCTORUL

Solicitați imediat ajutor de urgență cînd copilul prezintă unul din semnele de urgență din pagina 208. Consultați doctorul imediat ce este posibil dacă bănuiți că are bronșită și chemați din nou doctorul dacă:
▲ nu îi e mai bine după două zile;
▲ expectorează o spută galben-verzuie.

Ce ar putea face doctorul?

Doctorul ar putea prescrie un medicament care să calmeze tusea pentru a-l ajuta pe copil să doarmă. Dacă crede că ar putea fi vorba de o infecție secundară, ar putea prescrie un antibiotic, pentru a o elimina.

ASTMUL

Ce este?

Astmul este reprezentat de episoade recurente de îngustare a micilor căi aeriene ce merg spre plămîni, făcînd respirația, în special expirația, dificilă. Poate fi produsă de o alergie, în special dacă și alte persoane din familie au astm, de o eczemă sau de febra finului. Astmul ușor este comun și probabil copilul dumneavoastră va scăpa de el.

SEMNE/SIMPTOME

- ▲ tuse, în special noaptea sau după efort;
- ▲ respirație ușor zgomotoasă, puțin mai dificilă, în special în timpul unei gripei;
- ▲ atacuri de respirație foarte dificilă, cînd respirația este superficială și dificilă;
- ▲ senzația de sufocare în timpul unui atac de astm;
- ▲ piele palidă, umedă (acoperită de transpirații) în timpul unui astfel de episod;
- ▲ colorație albastruie în jurul buzelor în timpul unui episod sever.

Ce pot face?

1 Mențineți-vă calmul și liniștiți-l pe copil. Dacă a mai avut asemenea atacuri, dați-i orice medicament pe care l-a prescris doctorul. Dacă acesta nu are nici un efect, **solicitați ajutor de urgență**.

2 Puneți-l pe copil în poziție șezîndă în poală și ajutați-l să se aplece ușor în față – ceea ce îi va ușura respirația. Nu-l țineți strîns – lăsați-l să se așeze în poziția cea mai confortabilă.

Puneți o mică pernă în poala lui, pentru a se putea apleca pe ea



3 Cînd copilul preferă să stea singur, dați-i ceva pe care să-și sprijine brațele – pe masă sau pe un teanc de perne, de exemplu – astfel încît să se poată apleca în față.



PNEUMONIA

Ce este?

Pneumonia interstițială este o inflamație a plămînilor care produce dificultăți respiratorii. La copiii mici este aproape întotdeauna datorată propagării unei infecții cum ar fi gripa sau guturaiul și este de obicei produsă de un virus și nu de o bacterie. Uneori pneumonia poate fi dată și de inhalarea în plămîni a unei mici cantități de alimente, producînd o zonă de inflamație și de infecție. Pneumonia interstițială este mai comună la copiii sub un an. Deși este o boală serioasă, cei mai mulți bebeluși sănătoși își revin complet în aproximativ o săptămînă.

SEMNE/SIMPTOME

- ▲ deteriorarea stării generale la un copil bolnav;
- ▲ temperatură crescută;
- ▲ tuse uscată;
- ▲ respirație rapidă;
- ▲ respirație dificilă sau zgomotoasă.

Ce pot face?

1 Sprijiniți-l pe copil în pat cu un număr suplimentar de perne, astfel încît să poată respira mai ușor. În cazul unui bebeluș, puneți-i o pernă sub capul saltelei.

2 Luați-i temperatura și, dacă este crescută, încercați să o reduceți dîndu-i doza recomandată de paracetamol sau aplicați-i o tamponare rece (vezi p.188).

CHEMAȚI DOCTORUL

Solicitați imediat ajutor de urgență dacă apare la copilul dumneavoastră vreunul dintre semnele de urgență din pagina 208. Cheamați doctorul cînd bănuți prezența unei pneumonii interstițiale.

3 Convingeți-vă că are din plin ce să bea, în special dacă temperatura este crescută. Oferiți-i bebelușului apă fiartă răcită.

Ce ar putea face doctorul?

Doctorul vă va sfătui cum să vă îngrijiți copilul și, dacă infecția este bacteriană, poate prescrie un antibiotic. Dacă îi este foarte rău copilului, s-ar putea să fie nevoie de tratament în spital.

PREVENIREA EPISOADELOR DE ASTM

Încercați să aflați ce produce episoadele de astm la copilul dumneavoastră prin notarea momentelor cînd apar. Unele pot fi produse de un efort susținut sau de o emoție deosebită. Cîțiva alți factori declanșatori sînt prezența în continuare,



Praful
Reduceți praful din locuință prin utilizarea metodelor de curățire care nu ridică praful: aspirare sau utilizarea spălării cu vaporii de apă. Acoperiți salteaua copilului cu un înveliș de plastic.

Blana animalelor. Dacă aveți un animal, puneți-l să stea în altă parte și fiți atenți dacă episoadele de astm ale copilului vor fi mai rare.



Pernele sau plăpumițele umplute cu penec. Înlocuiți-le cu unele umplute cu material sintetic.



Polenul, în special cel al copacilor și ierbii
Învățați-l pe copil să nu se joace în iarbă înaltă și tineți-l în casă în perioadele cînd cantitatea de polen este crescută.



Fumatul
Nu lăsați să se fumeze în apropierea copilului.

SEMNE DE URGENȚĂ

Solicitați imediat ajutor de urgență cînd copilul dumneavoastră:

- ▲ are o colorație albastruie la nivelul marginilor limbii sau ale buzelor;
- ▲ are o dispnee severă (respiră cu mare greutate);
- ▲ nu începe, în 10 minute, să respire mai ușor după ce-și ia medicamentul;
- ▲ începe să nu mai reacționeze.

CHEMAȚI DOCTORUL

Cheamați doctorul dacă e primul episod de astm al copilului. Consultați medicul imediat ce puteți cînd credeți că ar putea fi vorba de astm.

Ce ar putea face doctorul?

Doctorul ar putea prescrie un medicament care să fie administrat la începutul unui episod sau înaintea oricărei activități ce îl poate produce. În timpul unui episod sever, ar putea trimite copilul la spital.

DUREREA ABDOMINALĂ

Durerea situată între marginea inferioară a coastelor și vîntre sau „durerea abdominală” poate fi un simptom înfîlînit în multe boli, inclusiv gastroenterită (vezi p. 214) și infecții ale aparatului urinar (vezi p. 216). Poate fi produsă de vărsături și poate

însoți boli cum ar fi amigdalita sau pojarul. Copilul se poate plînge de o durere „de burtă” dacă nu se simte bine în general sau dacă simte că se va îmbolnăvi sau dacă are o durere în altă parte, dar nu va poate descrie cu ușurință unde anume.

CUM SĂ NE COMPORTĂM FAȚĂ DE „O DURERE DE BURTĂ”

Ce produce o durere abdominală?

Mulți copii au dureri abdominale atunci cînd ceva îi face să se simtă speriați sau în nesiguranță.

Dacă durerea nu este severă și durează doar o oră sau două, nu trebuie să vă îngrijorați; încercați să vedeți ce îl deranjează și liniștiți-l.

Totuși, dacă durerea copilului este severă și durează cîteva ore, trebuie să o luați în serios. S-ar putea să aibă apendicită cînd apendicele (un organ mic, de forma unei rîme, legat de intestinul gros) e inflammat, deși apare rarori la copilul mai mic de trei ani. Apariția în valuri, la intervale de 15-20 de minute, a unor dureri abdominale severe la un bebeluș poate fi semnalul unei blocări (ocluzii) intestinale.

Ce pot face?

1 Luați temperatura copilului. Dacă e doar puțin crescută, s-ar putea să aibă apendicită, în special dacă durerea e severă sau pare a fi localizată în jurul buricului. Nu-i dați un medicament de calmare a durerii sau ceva să-i scadă temperatura.

Înveliți sticla cu apă caldă într-un prosop



2 Dacă bănuieți că poate avea apendicită, nu-i dați să bea sau să mănînce. Dacă nu, dați-i apă dacă îi e sete, dar nu-l lăsați să mănînce nimic.

3 Liniștiți-l pe copil îmbrățișîndu-l și acordîndu-i o atenție deosebită.

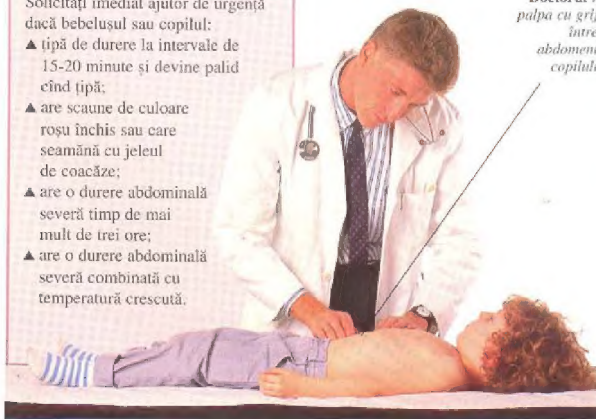
4 Dacă nu credeți că ar avea apendicită, umpleți o sticlă cu apă caldă, dar nu fierbinte și înfășurați-o într-un prosop. Lăsați-l pe copil să se întindă cu burta lipită de această sticlă.

SEMENE DE URGENȚĂ

Solicitați imediat ajutor de urgență dacă bebelușul sau copilul:

- ▲ tipă de durere la intervale de 15-20 minute și devine palid cînd tipă;
- ▲ are scaune de culoare roșu închis sau care seamănă cu jelu de coacăze;
- ▲ are o durere abdominală severă timp de mai mult de trei ore;
- ▲ are o durere abdominală severă combinată cu temperatură crescută.

Doctorul va palpa cu grîlă întreaga abdomenul copilului



CHEMAȚI DOCTORUL

Chemați doctorul dacă:

- ▲ apar oricare alte semne/simptome;
 - ▲ durerile abdominale durează mai mult de trei ore.
- Consultați doctorul cînd copilul are frecvent dureri abdominale.

Ce ar putea face doctorul?

Doctorul îl va examina pe copil pentru a încerca să afle cauza durerii abdominale. Tratatul va depinde de diagnosticul său, dar deseori o durere abdominală nu necesită tratament. Dacă doctorul suspectează o apendicită sau o ocluzie intestinală, va aranja internarea copilului în spital pentru o operație de urgență.

CONSTIPAȚIA, VĂRSĂTURILE ȘI DIAREEA

O modificare minoră în dietă poate produce temporar constipație sau diaree. Vărsăturile sau diareea pot însoți aproape orice boală și pot fi, de asemenea, produse de emoții sau de anxietate. Dacă apar vărsături sau ușoară diaree, controlați prezența

altor semne de boală (vezi pp.182-183). Vărsăturile frecvente sau diareea severă pot determina repede deshidratarea unui copil mic. Aceasta este o situație serioasă, când corpul pierde prea mult lichid, și trebuie tratată prompt (vezi p. 214).

CONSTIPAȚIA

Ce este?

Când are constipație, copilul are scaune mai rare și mai tari decât de obicei. Obiceiurile copilului în legătură cu scaunul variază mult: unii copii au scaun de două ori pe zi, alții doar o dată la două sau trei zile. Oricare ar fi obiceiurile copilului dumneavoastră, e normal – nu le influențați. Destul de des bebelușii devin ușor constipați când învață să stea în șezut sau să se țirască, precum și înainte de a putea merge.

■ CHEMAȚI DOCTORUL ■

Consultați doctorul imediat ce este posibil dacă:

- ▲ plînge sau se plînge de dureri abdominale cînd se mișcă;
- ▲ are striuri de sînge în scaune sau în scutece sau în pantalonași;
- ▲ are constipație de mai mult de trei zile.

Ce pot face?

1 Nu vă îngrijorați cînd copilul este constipat temporar; nu va suferi nici un rău. Nu îi dați un laxativ, deoarece îi va perturba acțiunea normală a intestinelor, și nu îi puneți zahăr în plus în biberon.

2 Dați-i să bea din plin, în special dacă vremea e caldă, pentru a-i înmuia scaunele. Sucul de fructe poate ajuta la diminuarea constipației.

3 Nu-l grăbiți cînd stă pe oliță, dar nici nu-l lăsați să se obișnuiască să stea prea mult. Dacă pare constipat, ungeți-l cu vaselină în jurul anusului înainte de a se așeza pe oliță, pentru a ușura apariția scaunului.

4 Încercați să introduceți mai multe fibre vegetale în alimentația copilului (vezi mai jos). Acestea oferă un important ajutor ce favorizează deplasarea conținutului intestinal.



Ce ar putea face doctorul?

Doctorul ar putea prescrie un laxativ ușor și ar putea să vă dea unele sfaturi despre alimentația copilului. Dacă în scaun există cumva striuri de sînge s-ar putea să existe o mică fisură la nivelul anusului, astfel că doctorul ar putea unge cu delicatețe zona.

SURSE BUNE DE FIBRE VEGETALE

Cîteva exemple de alimente bogate în fibre. Alimentele proaspete sînt întotdeauna cele mai bune. Spălați bine fructele și legumele, îndepărtați cojile, simburii și pieluțele cînd dați fructe unui copil sub un an. Faceți un piure sau terciuți alimentele în cazul unui copil mai mic de opt luni (vezi pp.110-111).



Pîine integrală



Mic dejun din fulgi de cereale



Fructe proaspete

Oferiți-i copilului o varietate de fructe, cum ar fi felii de pere, piersici și banane, decojite.



Fructe uscate

Prunele și caisele sînt ideale pentru copiii mici.



Legume proaspete

Cartofii terciuți și brocoli doar puțin fiert au un conținut ridicat de fibre. Telina și morcovii pot fi servite crude.

VĂRSĂTURILE

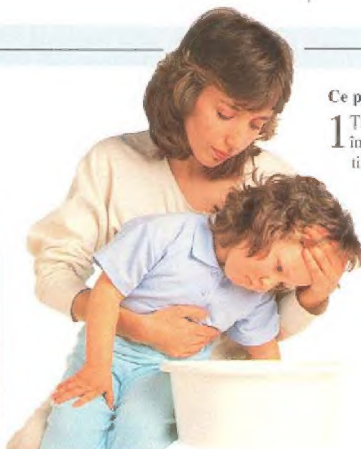
Ce sînt?

Cînd copilul vomită, elimină majoritatea conținutului stomacului. Bebelușii mai mici de șase luni regurgitează deseori o cantitate mică din alimentele înghițite. Lucrul este perfect normal – nu înseamnă că bebelușul varsă.

CHEMAȚI DOCTORUL

Chemați doctorul cînd copilul dumneavoastră:

- ▲ vomită și pare anormal de somnolent;
- ▲ are o vărsătură galben-verzuie;
- ▲ a vărsat repetat timp de peste șase ore;
- ▲ prezintă oricare dintre semnele de deshidratare.



Ce pot face?

1 Țineți copilul deasupra unui vas, încercați să-l liniștiți și mîngiați-l în timp ce varsă (vezi p. 193). După ce a vărsat, ștergeți-i fața și dați-i câteva sorbituri de apă.

2 Asigurați-vă că are ce să bea – are nevoie de 1-1 ½ litri pe zi. Faceți o băutură cu glucoză și sare (vezi mai jos *Deshidratarea*) și dați-i cîte puțin, oră de oră. Dacă nu vrea să bea din biberon, dați-i cu lingurița sau cu pipeta (vezi p.189).

IDENTIFICAREA ȘI TRATAREA DESHIDRATĂRII

S-ar putea să se fi instalat deshidratarea cînd copilul prezintă unele dintre simptomele de mai jos:

- ▲ gură și buze uscate;
- ▲ urină concentrată, închisă la culoare;
- ▲ nu a urinat în ultimele șase ore;
- ▲ are ochii înfundăți;
- ▲ are fontanela anterioară deprimată;
- ▲ are somnolență anormală sau letargie.

Cînd copilul dumneavoastră este deshidratat sau dacă e în pericol să devină, pregătiți-i o băutură cu glucoză. Dizolvați trei lingurițe rase de pudră de glucoză și o jumătate de linguriță de sare în 200 ml de apă fiartă răcită. Sau puteți cumpăra săruri pentru rehidratare orală, gata pregătite, de la farmacie.

Ce ar putea face doctorul?

Doctorul vă va examina copilul pentru a descoperi ce îl face să vomite și îl va trata apoi în funcție de diagnostic. Dacă prezintă semne de deshidratare, s-ar putea ca doctorul să prescrie un praf care să fie adăugat în lichidele pe care le bea. Dacă este foarte deshidratat, s-ar putea să-l interneze în spital unde poate primi lichide prin perfuzie.

GASTROENTERITA

Ce este?

Gastroenterita (intoxicația alimentară) este o infecție la nivelul stomacului și intestinelor care poate fi produsă de alimente contaminate. Este o problemă serioasă la bebeluși, deoarece îi poate deshidrata foarte repede, dar este rară la cei hrăniți la sîn. Un episod ușor în cazul unui copil mai mare de doi ani nu este periculos.

SEMNE/SIMPTOME

- ▲ greață și vărsături;
- ▲ diaree;
- ▲ crampe stomacale;
- ▲ pierdere a poftei de mîncare;
- ▲ temperatură crescută.

Ce pot face?

1 Asigurați-vă că bea 1-1 ½ litri de lichide pe zi. Un lichid cu glucoză, precum cel descris mai sus, este cel mai bun.

2 Nu-i dați nimic să mîncească pînă nu se oprește din vărsat, apoi introduceți alimente neiritante (vezi p.179).

3 Luați-i temperatura și, dacă este crescută, dați-i o doză de sirop de paracetamol pentru a i-o reduce.

4 Puneți-l pe copil din nou în scutece dacă tocmai a fost trecut la alt tip de îmbrăcăminte.



5 Asigurați-vă că se spală pe mîini după ce merge la oltă și înainte de a mînce. Spălați-vă și dumneavoastră pe mîini după ce-i schimbați scutecele și înainte de a-i prepara hrana. Sterilizați toate lucrurile folosite la hrănirea lui.

DIAREEA

Ce este?

Dacă are diaree copilul dumneavoastră, înseamnă că va avea scaune apoase mai frecvent ca de obicei. Poate apărea după o alimentație prea consistentă sau care conține mai multe fibre alimentare decât de obicei.

■ CHEMAȚI DOCTORUL ■

Chemați doctorul dacă bebelușul:

- ▲ a avut scaune diareice timp de peste șase ore;
- ▲ are sînge în scaun;
- ▲ prezintă vreun semn de deshidratare (vezi în stînga).



Ce pot face?

1 Asigurați-vă că are ce bea din plin. O băutură cu glucoză, preparată conform descrierii de la vîrșături (vezi *Deshidratarea*, în stînga) este ideală.

2 Puneți-l pe copil din nou în scutece dacă tocmai i s-a schimbat tipul de îmbrăcăminte.

3 Acordați o atenție deosebită igienei: spălați-vă pe mîini după ce schimbați scutecele bebelușului și înainte de a-i pregăti mîncarea și convingeți-vă că-și spală întotdeauna mîinile după ce merge la oîță și înainte de a mîncea.

SCAUN CE ARATĂ ANORMAL

Modificările de culoare ale scaunului copilului sînt produse probabil de o modificare în alimentație, astfel încît verificați dacă a mîncat ceva neobișnuit. Uneori, totuși, o boală subiacentă stă la baza aspectului diferit.

■ **Scaun foarte decolorat, voluminos** care miroase puternic și plutește cînd vreți să-l aruncați la closet – poate avea

semnificația că bebelușul nu poate digera corespunzător glutenul, o proteină care se găsește în cereale (boala celiacă). Consultați doctorul.

■ **Scaun acid, spumos** – poate avea semnificația că bebelușul nu poate digera adecvat laptele (intoleranță la lactoză). Consultați doctorul.

Ce ar putea face doctorul?

Doctorul vă va examina copilul pentru a descoperi cauza diareei și o va trata în conformitate cu diagnosticul. Dacă bebelușul/copilul s-a deshidratat, doctorul ar putea prescrie praf pentru rehidratare orală, care să fie pus în lichidele pe care le bea. Dacă este foarte deshidratat, s-ar putea să-l interneze în spital, unde i se poate administra rapid cantitatea necesară de lichide, prin perfuzii.

■ CHEMAȚI DOCTORUL ■

Chemați doctorul dacă:

- ▲ copilul e mai mic de doi ani și ar putea avea gastroenterită;
- ▲ are peste doi ani și are semne/simptome de gastroenterită de peste două zile.

Ce ar putea face doctorul?

Doctorul îl va trata probabil pe copilul dumneavoastră împotriva deshidratării și s-ar putea să vă sfătuiască să-i dați cîteva zile doar lichide. S-ar putea să vă ceară să-i aduceți o mostră din scaunul copilului.

ÎNTREBĂRI ȘI RĂSPUNSURI

Ce măsuri pot lua pentru a preveni gastroenteria?

Sterilizați tot echipamentul utilizat pentru hrănirea bebelușului atît timp cît bea lapte din biberon (vezi pp.100-101). Depozitați alimentele gata preparate în compartimentul central al frigiderului – nu le țineți niciodată la cald într-un termos, deoarece bacteriile se dezvoltă foarte bine la cald. Acordați atenție deosebită igienei atunci cînd pregătiți mîncarea. Dacă depozitați vreunul dintre alimentele gata pregătite, țineți-l în

frigider nu mai mult de două zile și asigurați-vă că e fierbinte cînd îl încălziți, deoarece căldura omorîă bacteriile care ar putea să producă gastroenteria. Spălați toate vasele și biberanele în apă foarte caldă. Uscăți-le pe servet de bucătărie din hîrtie, nu cu ștergar. Dacă sînteți în călătorie în străinătate cu un bebeluș sau un copil mic, întrebați-l pe doctorul dumneavoastră despre precauțiile pe care trebuie să vi le luați în special în ceea ce privește apa, fructele și salatele.

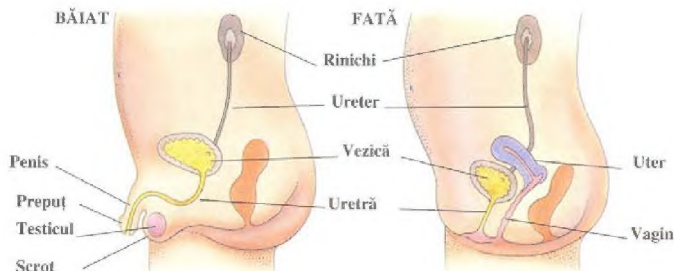
PROBLEME ALE VEZICII URINARE, RINICHILOR ȘI APARATULUI GENITAL

Cele mai multe infecții ale sistemului urinar sînt datorate bacteriilor care pătrund prin uretră (vezi desenul de mai jos) și se răspîndesc în vezică. Ele sînt relativ comune la copiii mici și de obicei nu reprezintă probleme serioase. Unii copii se nasc cu anormalități

minore ale sistemului urinar, ceea ce îi expune la asemenea infecții. Infecțiile minore ale organelor genitale sînt de asemenea comune, iar la bebeluși și copiii mici ele fac deseori parte din simptomele eritemului fesier (vezi p.176).

Sistemul urinar

Copilul are doi rinichi care filtrează sângele. Sângele filtrat revine în torrentul sangvin, în timp ce produsele filtrate contribuie la formarea urinei, care drenează în vezică, unde se adună pînă va fi eliminată la urinat.



INFECȚIILE SISTEMULUI URINAR

Ce sînt?

Orice parte a sistemului urinar – rinichi, vezică, uretere – poate fi infectată de bacterii. Infecțiile sînt mai comune la fete, deoarece uretra (tubul care iese din vezică) este mai scurtă decît la băieți și are deschiderea mai aproape de anus, astfel încît microbii se pot răspîndi mai ușor.

Ce pot face?

1 Dacă vi se pare că nu-i e bine copilului dumneavoastră, controlați dacă urina este roșie sau tulbură. Fiți atentă dacă urinează mai des ca de obicei și dacă pare să aibă dureri cînd urinează. Dacă poartă încă scutece, probabil că nu veți putea spune dacă urinează des sau dacă are dureri, dar probabil că veți remarca o modificare a mirosului urinei.

2 Asigurați-vă că are din plin de băut, pentru a-i menține rinichii în funcție.

3 Luați-i temperatura și, dacă este crescută, dați-i doza recomandată de sirop de paracetamol pentru a i-o scădea.

SEME/SIMPOTOME

- ▲ urinează mai des ca de obicei;
- ▲ are dureri cînd urinează;
- ▲ are o urină roșie, roșie sau tulbură;
- ▲ mirosul urinei e modificat;
- ▲ are temperatură crescută;
- ▲ nu e atent;
- ▲ nu are poftă de mîncare;
- ▲ are dureri abdominale.

CHEMAȚI DOCTORUL

Consultați doctorul imediat ce este posibil dacă bănuiți prezența unei infecții a sistemului urinar.

Ce ar putea face doctorul?

Doctorul va examina copilul și s-ar putea să vă roage să luați un eșantion din urina lui (întrebați-l cum să-l colectați). S-ar putea să prescrie un antibiotic.



PROBLEME GENITALE LA FETE

Cum se manifestă?

Vaginul unei fete poate deveni dureros în cazul unei eritem testar (vezi p.176), al unei infecții micotice sau în cazul prezentei de paraziți (în special ovini) (vezi p. 224). Dacă fiica dumneavoastră are o sângere sânginolentă sau miros toare din vagin, s-ar putea să fi introdus ceva înăuntru. Fetele nou-născute au desori o sângere a nașii sânginolentă timp de câteva zile și nu trebuie să vă îngrijorați. După această vîrstă, pînă înaintea pubertății, o asemenea sângere este anormală.

Ce pot face?

Dacă fundulețul fetei este dureros sau roșu, nu uitați zilnic săpun cînd îl spălați și cu două apă și uscați cu grijă. Mîscările de stergere trebuie să fie din față înspoi, deoarece, procedînd invers, puteți răspîndi microbii din jurul anusului.

2 Nu folosiți chiștoți de plastic, peste scutece, cîci fundulețul nu se mai aerisește bine. Dacă nu mai poartă scutece, îmbrăcați-o în chiștoți de bambus, nu de nailon.



3 Dacă fiica dumneavoastră are o sângere din vagin, consultați dacă nu și-a introdus ceva înăuntru. Dacă este, consultați medicul imediat ce e posibil.

SEMNE/SIMPTOME

- ▲ dureri sau mîncărimi înăuntru sau în jurul vaginului
- ▲ roseată în jurul vaginului
- ▲ sîngere din vagin

CHEMAȚI DOCTORUL

- Consultați doctorul imediat ce e posibil dacă fiica dumneavoastră:
 - ▲ are o sângere din vagin
 - ▲ mai are semne/simptome după două zile de tratament la domiciliu
 - ▲ s-a introdus ceva în vagin

Ce ar putea face doctorul?

Doctorul vă va examina înca și s-ar putea să vă o prină din sângere. Dacă are ceva introdus în vagin, l va îndepărta cu delicatețe. Dacă are o infecție, s-ar putea să prescrie antibiotice pe care să le ia pe gît sau o cremă pe care să o aplice pe zona afectată, în funcție de cauza semnelor/simptomelor.

PROBLEME GENITALE LA BĂIEȚI

Cum se manifestă?

Preputul, care acoperă vârful penisului, poate fi inflamă sau infectat (balanită) devenind însoțind eritemul testar (vezi p.176). Dacă în jurul scrotului, în zona penisului, sau chiar la nivelul scrotului, apare o umflătură, s-ar putea să aibă o hernie (anșele intestinale prodeie) sau bătă pînă la resimț din abdomen la nivelul unei zone de rezistență scăzută, a peretelui abdominalului.

Ce pot face?

Dacă preputul băiețelului dumneavoastră este inflamă, spălați-l fără a folosi săpun și uscați-l cu grijă la fiecare schimbare de scutece. Folosiți un detergent fără enzime și clătiți bine scutecele sau lenjeria.

Cum pot preveni infecția?

Nu încercați să îl descolăți înăuntru înăuntru preputului, deoarece manevra nu e posibilă pînă la vîrsta de cel puțin patru ani. Dacă îl veți forța, veți determina inflamație, preputită.

SEMNE/SIMPTOME

Preput inflamă

- ▲ preput roșu, inflamă
- ▲ sângere purulentă de la nivelul penisului

Hernie

- ▲ umflătură moale, nedureroasă, în preput sau chiar la nivelul scrotului, care poate dispărea cînd copilul se mișcă și poate crește în dimensiuni cînd tușeste, strănuta sau plînge

Ce ar putea face doctorul?

Dacă preputul fiului dumneavoastră este inflamă, doctorul ar putea prescrie un unguent cu antibiotice. Dacă băiețelul are o hernie, s-ar putea să nu necesite tratament, cîci dacă are mai puțin de șase luni sau dacă hernia devine tare la pipăit sau nu dispăre cînd copilul se mișcă, s-ar putea ca doctorul să vă recomande o operație pentru a-i vindeca hernia.

CHEMAȚI DOCTORUL

- Consultati doctorul imediat ce e posibil dacă:
 - ▲ preputul copilului pare roșu sau umflat sau se observă vreo sângere
 - ▲ hernia devine dureroasă sau saferă în mod diferit, se modifică
- Consultati medicul cînd credeți ca fiul dumneavoastră s-ar putea să aibă hernie.

CIRCUMCIZIA

Astfel se numește operația de îndepărtare a preputului. Dacă vă plăd să faceți circumcizie fiului dumneavoastră, discutați cu doctorul. Cînd o operație are un mic grad de risc astfel înțeles de obicei nu se face decît cu motive religioase sau medicale.

PROBLEME ALE PIELII

Problemele minore la nivelul pielii sînt comune în copilărie. Cele mai multe se vindecă repede, dar unele sînt foarte contagioase și trebuie tratate prompt. Dacă apare o erupție combinată cu alte semne de

boală, s-ar putea să fie vorba de o afecțiune contagioasă (vezi pp. 197-199). Pentru alte probleme, citiți indicațiile de mai jos.

GHID PENTRU DIAGNOSTICUL RAPID

Una sau mai multe pete roșii, sau o erupție – vezi *Cosurile și furunculele, Urticaria, Sudamina* (mai jos și pe pagina de alături). *Muscăturile și înșepăturile minore* (p. 204) sau, dacă sînt uscate și solzoase, vezi *Eczema* (p. 220).

Arii rugoase, cu fisuri de obicei pe sau în jurul buzelor sau pe obraji sau pe mâini, vezi *Pielea crăpată* (p. 221).

Mici vezicule sau zone cu cruste pe sau în jurul gurii, vezi *Herpesul sau Impetigo* (pp. 222-223).

Umflături dure ale pielii – de obicei la mîni sau la picioare, vezi *Neții și Vernicii* (p. 222).

Mîncărimi la nivelul pielii capului, vezi *Păduchii și lăneții* (p. 224).

Mîncărimi interne în jurul anusului – vezi *Oxiuri* (p. 224).

CUM NE COMPORTĂM FAȚĂ DE MÎNCĂRIMI

Multe probleme ale pielii produc mîncărimi. Deoarece scărpinatul poate produce infectarea pielii, este importantă diminuarea mîncării.

■ Îmbrăcați copilul în haine de bumbac, deoarece e mai puțin iritant pentru piele decît alte materiale.

■ Tamponați ușor zona cu vată imbutată în soluție de calcanină (carbonat de zinc), pentru a calma pielea iritată sau ardeată.

■ Dizolvați un pumn de bicarbonat în apa de baie a copilului.

■ Cumpărați mănuși, de bumbac, contra scărpinatului, pe care copilul să le poarte în pat.

COȘURILE ȘI FURUNCULELE

Ce sînt?

Un cos este o umflătură roșie, de obicei la nivelul feței. Un furuncol este o infecție a pielii care produce o umflătură mare dureroasă, care apoi coace, producînd un centru de puroi. Furunculele apar mai frecvent la nivelul feței sau la nivelul zonelor de pieșănă, cum ar fi leșele, dar pot apărea oriunde pe corp.

Nu în îngrijorată dacă, ocazional, copilul are cosuri: dar furunculele, înseamnă pot fi semn de boală.

Ce pot face?

1 Dacă, ocazional, copilul prezintă coșuri, pur și simplu ignorați-le. Vor dispărea în câteva zile, fără tratament. Dacă tînd să zemuiască și apar în jurul gurii, acoperiți zona cu o cremă de protecție.



2 Dacă copilul are un furuncol sau un cos care pare inflamat, curătați-l cu delicatete, cu o picătură în jur, cu vată imbutată într-o soluție antiseptică.

3 Acoperiți-l cu un plasture adeziv. Dacă e într-o zonă atinsă la îmbrăcare sau dacă e într-o zonă dureroasă, cum ar fi pe leșe, acoperiți-l cu vată și apoi puneți plasturele peste el.



4 Furunculele își vă forma singur capul și se va sparge în câteva zile. Nu l apăsați, acest lucru poate răspîndi infecția. După ce s-a spart, curătați zona cu vată imbutată într-un antiseptic și încheiați-o acoperiți cu plasture adeziv, pînă s-a cicatrizat.

Ce ar putea face doctorul?

Doctorul s-ar putea să incizeze furunculele și să drezeze puroiul, pentru a reduce durerea și ta nefecția, și ar putea prescrie o cremă. Dacă copilul are multe furuncule, doctorul ar putea prescrie o cură de antibiotice.

SEME/SIMPTOME	
COȘUL	
▲ umflătură mică, roșie, nesuferită.	
FURUNCULUL	
▲ umflătură roșie, dureroasă care se mărește gradual;	
▲ centru alb sau galben cu puroi, apărînd după o zi sau două.	

CHEAMĂȚI DOCTORUL
Consultati doctorul imediat ce e posibil dacă:
▲ copilul are o puț care pare inflamată;
▲ copilul are un furuncol într-o zonă neobișnuită sau dureroasă;
▲ centrul cu puroi nu apare la trei zile după ce a apărut furunculele;
▲ dacă de la nivelul furunculelui se răspîndesc striuri roșii.
Consultati doctorul dacă copilul face des furuncule.

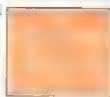
URTICARIA

Ce este?

Urticaria este o erupție de pete roșii pruriginoase (teare mâncarea). Petele dispar de obicei după câteva ore, dar apar altele noi. Cea mai comună cauză este o iritație, dar și expunerea intensă la soare sau o alergie la anumite alimente sau medicamente.

SEMENE/SIMPTOME

- ▲ erupție roșie nouă de pete roșii proeminente (papule) unice, cu un centru palid;
- ▲ papulele variază în diametru de la 1 mm la 1 cm;
- ▲ papulele mai mari au tendința de confluență.



Ce pot face?

1 Tamponați erupția copilului cu vată înmuiată în sovine de cașă sau cu un bășor de zinc.

2 Dacă erupția este produsă de o alergie, încercați să descoperiți la ce e alergic copilul, astfel încât să se evite pe viitor. Erupția se dezvoltă de obicei la câteva ore după contactul cu un alergen, astfel că încercați să vă reamintiți dacă, de exemplu, a mâncat recent un lactat nou.

CHEMAȚI DOCTORUL

Chemați doctorul dacă fata, limba sau gâtul copilului sînt umflați. Consultați doctorul imediat ce este posibil dacă:

- ▲ erupția nu dispare în câteva ore,
- ▲ copilul are frecvente episoade de urticarie.

Ce ar putea face doctorul?

Doctorul ar putea prescrie o cremă antihistaminică sau un medicament anti-tam-pic. Ar putea face de asemenea unele teste pentru a descoperi cauza alergiei copilului. Dacă fata, limba sau gâtul copilului sînt umflați, s-ar putea să fie nevoie de o injecție pentru a amănarea umflăturii.

SUDAMINA

Ce este?

Sudamina este o erupție pălădă pro-dusă de soare și prădă. Este mai comună la bebeluși decât la copii și pare de obicei la nivelul feței sau al extetelor pielii, unde se poate acuma transpirația. Nu este o afecțiune serioasă și po-țeti să o tratați singuri acasă.

SEMENE/SIMPTOME

- ▲ erupție roz pe fata sau la nivelul extetelor pielii.



Ce pot face?

1 Ștergeți orice fel de gros de pat și îndepărtați-l din încăperea copilului. Dacă bebelușul a suferit de sudamina coar-mir-mă puțată.

2 Frecați o baie în apă caldă. Tamponați-ușoara pielii lasind-o puțin umedă, astfel încât să se răcească pe măsură ce se usucă. Când este uscat, aplicați puțină cremă de talc pentru a absorbi transpirația, nouă să se apare.

3 Dacă temperatura sa-ă este crescută, dați-i sirop de paracetamol sau luați-o tamponare rece (vezi p. 188).

Cum pot preveni sudamina?

Îmbrăcați copilul în haine ușoare din vremea caldă, preferabil în haine de bumbac. Țineți-l la umbră sau într-o încăpă aerisită.

Ce ar putea face doctorul?

Doctorul va verifica dacă erupția se datorează căldurii. Dacă aceasta e situa-tia, bebelușul nu necesită nici un trata-ment medical. Dacă erupția are o altă cauză, doctorul o va trata.



Se poate să apară și la nivelul extetelor pielii.

ECZEMA

Ce este?

Eczeza este o reacție a pielii produsă de la nivelul acestor zone pruriginoase: cee, mâinile, roși, severs. Cel mai des afectează fața și părțile cutanate, etruin fraxile sau roși, poplice radine, ta d n dreptul fetei posterioare a genunchilor, dar poate fi și mai

minuă. De obicei apare pentru prima data între trei la uns, doi ani, apoi lucrările se amestecă pe măsură ce coplu crește. Aproximată jumătate din tre copii cu eczemă scapă de ea până la vîrsta de șase ani și aproape tot pîlă la pubertate. Coplu e mai expus la apariția eczezei dacă a te persoane d n familie au alergii cu eczeme, astm sau febră de fîn.

Ce pot face?

1 Cînd îi faceți baie copilului, curățați zonele afectate prin ștergere cu ale pentru coplu. O cremă cu o cremă scapă sau a vaingent emulsiant, în loc de a-l spăla cu săpun. Căta hinc cu apa.

Folosiți vata pentru a șterge corpul copilului pentru eczeme.

CHEMAȚI DOCTORUL

Conșultați doctorul imediat ce e posibil dacă:

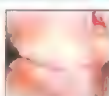
- ▲ eczema copilului este foarte intensă sau foarte pruriginoasă;
 - ▲ din eczemă se scurge lichid.
- Conșultați doctorul dacă vi se pare că copilul are o infecție sau o eczemă.

Ce ar putea face doctorul?

Doctorul îi poate prescrie o cremă și dacă zona este infectată, un antibiotic. Cînd copilul este alergic la un anumit aliment, doctorul sau asistenta care vă vizitează vor putea recomanda o alimentație echilibrată care să evite acel aliment.

SEMNE/SIMIPTOME

- ▲ pete roșcate, prurigo, roșu, severs, de obicei, la nivelul fetei sau a părților cutanate;
- ▲ lichid clar zema d n a te afectate.



2 După o baie, aplicați o cremă, varicelă, nepunî mînă pe pielea copilului, deoarece aceasta poate fi foarte uscată. Mamele pentru a bebeluși sunt ideale.

3 Îmbrăcați-vă copilul în bumbac. Atunci cînd vremea e mai răcoasă, puneți îmbrăcăminte de bumbac sub aștele mai calde.

4 Încercați să nu-l ușați pe copil și să scarpă zonele afectate – puneți-i noaptea mînusi cu un singur deget, dacă pare a fi util, și tăiați-i scurt unghiele.

5 Încercați să descoperiți cauza alergiilor. Alergeni comuni includ alimentele, în special produsele lactate și grăsimi, pară de animale, bunele de lînă și detergenți. Any etatea poate declanșa eczema astfel încît încercați să descoperiți dacă îngrijoră ceva pe copil.

6 Cînd eczema copilului e severă, luați-l la distanță de orice cu varicelă sau herpes.

ARSURILE SOLARE

Ce este?

Arsurile solare înseamnă piele înroșită sau dureroasă, ca urmare a expunerii la soare. Bebeluși și copii mici, în special cei cu păr blond și ochi albaştri, au o piele foarte sensibilă, de aceea îi face foarte vulnerabili la razele soarelui.

SEME/SIMPTOME

- ▲ a dur, roșu, cu erioase la nivelul pielii;
- ▲ vezicule, bisteri pe zonele afectate;
- ▲ piele care se cojește o zi sau două mai târziu.

Ce pot face?

1 Lăsați pe copil în casă sau la umbra imediat ce pielea începe să se înroșească. Nu tratați cu semnele cele mai severe ale arsurilor solare vor apărea după câteva ore.

2 Răciți cu apă rece orice zonă de piele înroșită, apoi aplicați o cremă emolientă pentru perioada de după expunerea la soare sau tamponați cu unguent cu calamină.



PREVENIREA ARSURILOR SOLARE

Nu lăsați pe bebeluș să doarmă la soare și, dacă nu a fost obișnuit ținut pe expunerea la soare, nu lăsați, neacoperit, mai mult de 5 minute în prima zi. Apoi creșteți perioada cu câte cinci minute pe zi. Aplicați o cremă de protecție la fiecare oră (alegeți una cu factor de protecție rata de soare de 10-15), îmbrăcați-l într-o bluză și pantaloni o pălărie de soare. Să-și pastreze bota pe el când înnoată sau când se joacă în apropierea apei, pentru a-și proteja umerii. Dacă a doua zi pielea pare roșie, nu lăsați mai des la soare.



CHEMAȚI DOCTORUL

Consultați doctorul imediat ce e posibil dacă:

- ▲ copilul are febră și o stare proastă;
- ▲ apar bășici pe o zonă întinsă.

Ce ar putea face doctorul?

Doctorul ar putea prescrie o cremă emolientă și calmantă.

PIELEA CRĂPĂȚĂ

Ce este?

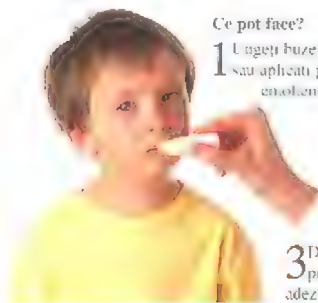
Mici crăpături ce apar la nivelul pielii când aceasta e uscată, după ce a fost expusă la frig sau la aer cald, uscat. Nu reprezintă nici o problemă serioasă, dar pot fi dureroase.

Ce pot face?

1 Ungeti buzele copilului cu strugurel sau aplicați pe piele creme emoliente.

2 Utilizați lei pentru săgan sau lotiune pentru a spăla zona și păstrați în camere calde și uscate.

3 Dacă crăpăturile sângerează, puneți pe ele un plastru adeziv sau leucoplast.



SEME/SIMPTOME

- ▲ crăpături discrete la nivelul pielii și al mucoaselor, de obicei, pe/sau în jurul buzelor sau pe obrazi sau mâini;
- ▲ sângerează dacă sunt adânci.



CHEMAȚI DOCTORUL

Consultați doctorul imediat ce e posibil dacă:

- ▲ crăpăturile nu se vindecă după trei zile;
- ▲ crăpăturile devin osoși și dureroase sau se ample de puroi.

Ce ar putea face doctorul?

Dacă zona cu crăpături s-a infectat, doctorul ar putea să prescrie un antibiotic, dacă nu există vreun tratament special.

HERPESUL

Ce este?

Mici vezicule, de obicei pe sau în jurul buzelor, dar care uneori se pot dezvolta înăuntrul gurii sau ulcurea la nivelul feței.

Sînt produse de un virus care, o dată ce a infectat copilul, rămîne la nivelul pielii și tînde a apărea ocazional, astfel încît, dacă a avut o dată herpes, copilul va mai face și în viitor.

Expunerea intensă la lumina soarelui poate declanșa un nou episod: la fel și anele hol-minore, cum ar fi gripa.

Ce pot face?

1 La primul semn de herpes tineți un cub de gheață, timp de zece minute, pe zona afectată. Ar putea preveni răspîndirea herpesului.

Înveliți un cub de gheață într-un șervet și țineți-l apăsut pe buca copilului



2 Dacă apare o veziculă, aplicați o cremă emolientă

3 Tineți-i mîinile curate și nu-i permiteți să-și atingă zonele dureroase, deoarece s-ar putea să-și infecteze astfel ochii

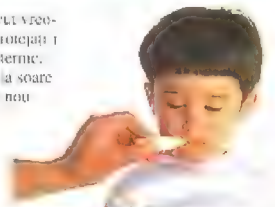
4 Deoarece herpesul este foarte contagios, nu-l lăsați să sîrute alte persoane și, dacă are obiceiul să-și bage jucăriile în gură, nu-l lăsați să i le dea și altui copil pînă ce erupția nu a dispărut.

SEMNE/SIMPTOME

- ▲ zone roșii supradimensionate care înțepă sau manîncă, de obicei, în jurul gurii;
- ▲ vezicule mici, dureroase, care se formează cu aproximativ o zi mai tîrziu;
- ▲ veziculele se acoperă de cruste după una, două zile;
- ▲ febră și stare generală proastă în timpul primului episod.



5 Dacă copilul a avut vreodată un herpes, protejați-i buzele de soarele puternic, deoarece expunerea la soare ar putea declanșa un nou episod



CHEMAȚI DOCTORUL

Consultați doctorul imediat ce e posibil dacă:

- ▲ apare pentru prima dată un herpes;
- ▲ herpesul începe să zărnosească;
- ▲ herpesul e în apropierea ochilor.

Ce ar putea face doctorul?

Doctorul va prescrie probabil o cremă pe care să i-o aplicați pe zona afectată, de cîteva ori pe zi, ceea ce va ajuta la vindecarea veziculelor.

NEGII ȘI VERUCILE

Ce sînt?

Negul este o excrescență de piele uscată: veruca este un neg, situat pe talpa piciorului. Sînt produse de un virus care invadează pielea. Aproape toți copiii fac ocazional negi și veruci. Negii nu sînt dureroși și dispar spontan, de obicei după cîteva luni, astfel încît nu este necesar tratamentul. Verucile sînt contagioase și au tendința de a fi dureroase atunci cînd copilul calcă pe ele sau poartă pantofi, astfel încît trebuie tratate rapid.

SEMNE/SIMPTOME

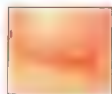
NEGUL

- ▲ lamelație dureroasă, de piele uscată.



VERUCA

- ▲ zonă tare, dureroasă, pe talpa piciorului, eventual cu un mic centru negru



Ce pot face?

1 Dacă copilul are un neg, ignorați-l pur și simplu, cu excepția cazurilor cînd e situat la nivelul organelor genitale sau în apropierea anusului. Va dispărea de la sine, probabil după cîteva luni, deși unele pot persista un an sau mai mult.

IMPETIGO

Ce este?

Impetigo este o infecție bacteriană a pielii care poate apărea chiar o erupție, cum ar fi o eczemă sau un herpes, se infectează, deși și pielea sănătoasă se poate infecta uneori, apărând impetigo. De obicei atacează peelingul din jurul gurii și nasului, dar poate apărea oriunde pe suprafața corpului. Impetigo nu este o afecțiune serioasă la copil, dar la un bebeluș se poate întinde pe o suprafață mare și îl face să se simtă bolnav. Este foarte contagios, astfel merită să se trateze prompt.

Ce pot face?

1 Folosiți un prosop numai pentru copil și spălați-l frecvent astfel încât infecția să nu se extindă.

2 Încercați să-l opriți pe copil să-și atingă ambele infecționate. Nu lăsați să-și săge degetul sau să-și bage în nas, deoarece aceste gesturi ar putea răspândi infecția.



3 Îndepărtați crustele în fiecare zi prin stergere cu apă umedă. Nu frecati cu forță, dar persistați până ce crustele se desprind.

Stergeți ușor crustele cu apă umedă în apă caldă cu săpun.

SEMNE/SIMPTOME

- ▲ erupție de mici pe toată
- ▲ veziculele ce se formează deasupra acestor pete;
- ▲ petele dispar, apoi se formează cruste maronii-gălbui;
- ▲ febră și afecțiuni stării generale la un copil mic.



4 Tămponați zona pentru a o usca, cu un prosop, chiar de hirtie, și aruncați-l imediat, astfel încât infecția să nu se răspândească.

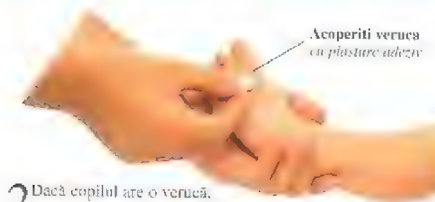
5 Țineți-l pe copil la distanță de ceilalți copii, mai ales de cei mici, până se însănătoșeste.

CHEMAȚI DOCTORUL

Chemați doctorul dacă bebelușul are sub trei luni și dacă face brusc un impetigo înfruntat. Consultați medicul imediat ce este posibil dacă vi se pare că are impetigo copilul.

Ce ar putea face doctorul?

Doctorul ar putea prescrie o cremă și vi-ar putea spune să stergeți crustele înainte de a o aplica (vezi stînga). Dacă infecția persistă după cinci zile, consultați din nou doctorul.



Acoperiți veruca cu plastru adeziv.

2 Dacă copilul are o verucă, țineți-o acoperită cu un plastru adeziv și nu lăsați să meargă în picioarele goale până ce veruca dispăre. Poate dispărea spontan. Țineți prosopul și buretele copilului separate de cele ale restului familiei.

CHEMAȚI DOCTORUL

Consultați doctorul dacă:

- ▲ negii copilului se înmulțesc;
- ▲ copilul are un neg pe organele genitale sau la nivelul anusului;
- ▲ copilul are o verucă

Ce ar putea face doctorul?

Doctorul ar putea să prescrie o lotiune care să fie ținută regulat pe neg sau veruca până ce aceasta va dispărea. Săa vi-ar putea să trimită copilul în policlinica unui spital, unde pot fi cauterizate sau îndepărtate prin refrigerare sub anestezie locală.

PĂDUCHII ȘI LINDENII

Ce sînt?

Păduchii sînt insecte mici care infestază părul și fac prurit, roșeață (ca mîncărîmă) pielea capului. Ouăle lor mici, albe (lindene), sînt agățate de radiații ale părului. Păduchii se raspîndesc foarte repede la de un cap la altul, astfel încît e necesar să tratați întreaga familie dacă copilul face păduchi, și spălați-le pîrștelor voștri să controleze părul copiilor lor.

SEMENE/SIMPTOME

- ▲ mîncărîmă la nivelul pielii capului;
- ▲ mici grăunte albe, agățate de firele de păr în apropierea radiației orîndurilor;
- ▲ urme roșii de mîscătură, sub păr.



Utilizați-vă
pentru a
oprita
lindene



Ce pot face?

1 Cereți la farmacistului o lotiune care să omorîre păduchii și lindene. Aplicați-o peste tot capul copilului și lăsați-o pe loc alfa timp cît e specificat în instrucțiuni, de obicei cîteva ore.

3 Curățați în loziune pieptenele și pene de cap ale copilului, ca să lăsați pe care să se acopere capul. Spălați păduchii într-un sac de plastic cel puțin zece zile pentru a omorî păduchii și lindene.

2 Spălați și clătiți parul apoi pentru a se ațenie cu o pieptene fin special, pentru a îndepărta păduchii și lindene. S-ar putea să fie nevoie să repetați de două-trei ori tratamentul, la fiecare trei zile, pentru eradicarea lindemelor.

4 Dacă bebelușul se duce la creșă, informați personalul că are păduchi și lindene și lăsați-l acasă pînă ce păduchii și lindene au fost complet eradicati.

OXIURI

Ce sînt?

Oxiuri sînt mici viermi albi, în lungime de aproximativ 1 cm, în formă de virgulă. Ei pot intra în corp prin alimente contaminate și apoi trăiesc în țesuturile intestinale noaptea pentru a depune ouă în jurul anusului, producînd mîncărîmî intense. Sînt comuni la copii și nu au consecințe grave, deși mîncărîmă poate fi extrem de neplăcută. La fetele mici, viermii se pot raspîndi interior, spre vagin.

SEMENE/SIMPTOME

- ▲ mîncărîmă în jurul anusului, mai intensă noaptea;
- ▲ mîncărîmî intense în jurul vaginului;
- ▲ mici viermi albi în scaun.

Ce pot face?

1 Încercați să preveniți scărpinatul, dormind deosebi an putea determina mîncărîmă pielii din jurul anusului și vaginului.

2 Taiat-le scurt unghiile, astfel încît, dacă se scărpină, să nu rănească sau unghiile, care ar putea determina reinfectarea lui sau a altor persoane.

3 Asigurați-vă că toată familia își spală cu atenție mîinile după ce merge la baie și înainte de a mîncă. Utilizați o perie de unghii pentru a le curăța bine.

4 Dacă bebelușul nu mai poartă scutece, asigurați-vă că poartă peana sau chiloșii de bumbac pe sub cămașă de noapte. Schimbați-i chiloșii și pantaloni de pijamă în fiecare zi și sterilizați-le în apă fierdă pentru a omorî toți viermii și ouăle care se află pe ele.

5 Cînd se plînge de mîncărîmă în jurul anusului, duceți-l la medicul dumneavoastră și lăsați-l după mîncă viermi albi în jurul anusului. Îndepărtați-i cu vîită imediat pe tot ce pe care îl vedeți și aruncați în toaletă.

CHEMAȚI DOCTORUL

Consultați doctorul imediat ce este posibil dacă vi se pare că aveți oxiuri copil.

Ce ar putea face doctorul?

Doctorul va prescrie probabil un medicament pentru întreaga familie, pentru omorîrea viermilor. S-ar putea, de asemenea, să prescrie pentru copil o cremă care să calmeze iritația din jurul anusului sau al vaginului.

EPILEPSIA ȘI MENINGITA

Desi meningita este rară, epilepsia (care produce convulsii) afectează aproximativ una din 200 de persoane. Cea mai comună cauză de convulsii la

copii este febra mare (vezi p. 188), dar în acest caz nu e vorba de epilepsie. Meningita se poate dezvolta ca o complicație a altei boli.

EPILEPSIA

Ce este?

Epilepsia se caracterizează printr-o tendință de a avea convulsii, care sînt salve de activitate electrică anormală. Cu tratament, cei mai mulți copii scapă de ea în adolescență. Există câteva tipuri de epilepsie, două forme comune în copilărie sînt atacurile de absență și convulsii majore (vezi SEMNE/SIMPTOME).

Ce pot face?

1 În timpul unei convulsii, întindeți-l pe copil pe o parte, pe podea. Stați lângă el pentru a fi sigură că nu se lovește, dar nu încercați să va opuneți mișcărilor lui.

3 Evitați să vă lăsați copilul în locuri și situații în care convulsii ar putea fi periculoase – de exemplu, puneți o aparatură în capul scărilor – și nu-l lăsați singur în baie. Dar încercați să faceți aceste lucruri fără a fi supraprotector, nu ar trebui să simți că epilepsia îl face anormal.

2 După o convulsie majoră, puneți-l în poziția de revenire (vezi p. 233). Nu-l treziți dacă adoarme, dar convingeți-l să respire normal (vezi p. 230).

Ce ar putea face doctorul?

Doctorul v-ar putea trimite copilul la spital pentru testă. S-ar putea să prescrie un medicament pentru a ajuta controlarea convulsiei; spuneți-i doctorului dacă, după medicamentație, s-a schimbat comportamentul copilului, dar nu întrerupeți administrarea medicamentului.

SEMNE/SIMPTOME

Atacurile de absență (crizele *petit mal*)

- ▲ bruscă absență a unei mișcări;
- ▲ expresie confuză;
- ▲ revenire la normal în câteva secunde.

Convulsii majore (crizele *grand mal*)

- ▲ pierderea bruscă a conștienței cu cădere;
- ▲ brațe și picioare întinse;
- ▲ mișcări convulsive sau sacadate;
- ▲ scapă urină;
- ▲ adoarme sau își recapătă treptat conștiența, fiind mișcările convulsive se opresc.

CHEMAȚI DOCTORUL

Chemați doctorul cînd copilul dumneavoastră are:

- ▲ pentru prima dată o convulsie majoră;
- ▲ o convulsie majoră care durează mai mult de trei minute;
- ▲ o serie de convulsii în succesiune rapidă.

Consultați doctorul dacă v-a se pare că ar avea copilul atacuri de absență.

MENINGITA

Ce este?

Meningita este o inflamație a foșelor ce învelesc creierul. Este o boală foarte serioasă și trebuie să fie tratată prompt. Inflamația creierului (encefalită) produce simptome similare.

CHEMAȚI DOCTORUL

Chemați doctorul cînd considerați că ar avea copilul meningită sau encefalită.

Ce ar putea face doctorul?

Doctorul le-ar putea trimite pe copil la spital pentru investigații. Tratatul va depinde de rezultatele acestora și s-ar putea să fie nevoie să stea în spital pînă ce își revine.

SEMNE/SIMPTOME

- ▲ febră;
- ▲ somnolență și diminuarea atenției sau, brusc, dramatică și necharacteristică instabilitate sau neînșir;
- ▲ agravare bruscă a stărilor unui copil care a avut recent o boală infecțioasă ca pojar sau otită;
- ▲ vărsături;
- ▲ pierdere a pozei de mîncare;
- ▲ dureri de cap sau, la bebeluși, bombare ușoară a fontanelor;
- ▲ se opune aplicării în față a capului;
- ▲ privește fix în sus sau își întoarce capul de la lumina puternică;
- ▲ convulsii;
- ▲ erupție de pete plate roșii închise sau roșii-purpurii.

SIGURANȚA COPILULUI

Aproximativ un sfert dintre accidentele care au loc la domiciliu sînt provocate de copii mai mici de patru ani, dar există câteva modalități prin care puteți face din casa dumneavoastră un loc mai sigur. Cea mai bună precauție este să stați cu ochii pe copil. Amuțiți-vă cu așteptări de producere a unui accident sînt mai mari cînd copilul este obosit, îi e foame sau nu îi e bine, sau atunci cînd



sînteți ocupată sau îngrijorată. Rescusele sînt crescute și cînd familia e în alt loc – în concediu sau pur și simplu departe de casă. Cînd cumpărați lucruri pentru copil, căutați-le pe acelea potrivite pentru vîrsta lui. Lucrurile cumpărate la mîna a doua nu trebuie să fie solide și toate părțile, inclusiv hanurile de siguranță și frînele, să fie în bună stare de funcționare.

SIGURANȚA ÎN CASA DUMNEAVOASTRĂ

TOTI COPILII sînt expuși accidentelor, deoarece dorința lor de a explora și a experimenta depășește cu mult bunul lor simț și capacitatea lor de precauție. Multe accidente ar putea fi prevenite și este responsabilitatea

dumneavoastră să vă asigurați că bebelușul nu se poate răni. Totuși, a fi în siguranță nu înseamnă să restrîngeți activitățile, ci pur și simplu să vă asigurați că „lumea” sa e sigură, pentru a se putea juca în ea.

Depozitați sacii de polietilenă și altele de plastic în locuri înalte, unde nu pot ajunge copiii.

Fixați o apărătoare în jurul scării pentru a preveni căderile și sărirea dintr-o dată pe jos.

Împingeți băuturile calde spre partea din spate a frigiderului.

Sau aveți la îndemînă un extingător.

Puneți o încluzare solidă în jurul scării pentru a preveni căderile și sărirea dintr-o dată pe jos.

BUCĂTĂRIA

Bucătăria este plină de riscuri, potențiale pentru copii și aceste pericole sînt și mai mari cînd sînteți pe deplin de altă activitate. Asigurați-vă că copilul este departe de zona în care gătit – sînt deosebi pentru a-l duce o scumnie în vecinul vostru sau înste cîntecare colorată. Nu lăsați că inelele de foc și piteile puse pe aragazul rîm. Fierbați multă vreme după oprirea focului. La masă, țineți mîinile calde și băuturile calde în centrul mesei, astfel încît copilul să nu poată să ațîmpe la ele. Nu le lăsați o fată de masă, deoarece ar putea să o tragă și să verse pe el lucruri fierbinți. Asigurați-vă că nu poate atinge la gălăta de gîmuri.

Podemă bucatărilor să nu se atingă de copii și să nu se potă sărui în jurul lor.

Țineți ustensilele ascuțite, ca să nu se potă sărui în jurul lor și să nu se potă sărui în jurul lor.

Nu lăsați pe copil să atîmpe la aparate electrice sau la aparate care pot sărui în jurul lor.

Țineți toate unelte casnice și gălăci de gătit în dulapuri înalte, unde nu pot sărui în jurul lor și să nu se potă sărui în jurul lor.

Cumpărați fire spirale pentru aparate electrice și ca să nu se potă sărui în jurul lor și să nu se potă sărui în jurul lor.

MENTINEREA COPILULUI ÎN SIGURANȚĂ

Ca Teo, e noua indemină, o nouă
beneficivă, o dezvoltă, va găsi marea lui
de a transforma într-un tot perfect
astfel încât gândul va merge cu
afară în toate posibilele riscuri. Va învăța
să se astăgăturească la o viață legată
cu astăzi, astfel încât, dacă o viață este
afară pentru un moment, pământul pe
pământ. Va fi capabil să apară un omor
a viații de, pe o viață, dăruie și să

Începe să se întindă ca să apuce lucruri
de apăsare, să treacă în lăste necesare să
vă asigurați că toate lucrurile care
sunt la stăruință sunt sigure și pe deplin
câte o dată, o dată răsturnat sau să se uitare
ca ele. Întinseți și întinseți în brațe
măre, să sau beți și să nu aveți nimic
neobișnuit, nici nu țineți. Nu-l lasați
metodată cu un hiberon sau să
măre, deoarece să se putea sălășui

Utilizări însoțite de o cură de siguranță la creșterea, la scuturarea din pieptele înalte și la lărgirea și alinierea punctelor înalte la gât pe o suprafață simetrică la înălțime, deoarece ei pot pierde din greutate. Nu lăsați un copil mic, singur cu bebelușul din urmă, deoarece, deoarece nu putea ridica și să se scapă din brațe, nu a dat niciodată o lecție periculoasă ca să se scapă.

DORMITORIU.

Copiii dau parerea mult timp în urmă, astfel încât să-și scrie
la școală că îl poate explora în siguranță. Nu e bunici în pat, o
primă mână, de a căuta un an să se utilizeze o mână de poartă
născută, ca înveș, care răspundă, de să-l a. Nu prindeu

metoda de înșirare pe rânduri, scrierea este asociată în mod
direct cu copierea. Însușirea marșilor, perchele, puntea, înțelebă
bucate în pânză de cămin, se putea folosi pentru a se scrie fără
scrie într-un rând de la stânga la dreapta, de la sus în jos, începând să poartă
scrie în pânză de cămin, se putea folosi pentru a se scrie într-un rând de la stânga la dreapta, de la sus în jos, începând să poartă

...și că unele din acestea sunt foarte bune
...pentru că sunt foarte bune
...pentru că sunt foarte bune



11414

Nu, însă, singur în baie, nici măcar pentru
cineva secundă; cel puțin pînă la virsuri de
40 ani și jumătate, se folosea în mod convins de
baie era în a doua. Exact: testamentul la
căzătoare, apoi, în cazuri la 50°C și
Veni în băgare, turnat în apă rece
Veni în apă caldă și în baie de 4-5
băie, pe cînd. Alte accidente care pot

appeared in basic post-fire soil prevention

- Finiți toate medicamentele în lecții unde nu poate ajunge, într-un dulap cu medicamente
- Apoi, așteptați să se cosmetice și trebuie pusă în funcțiune, unde nu poate ajunge
- Acoperiți cu prosopie caldă ifele și sat țevile fierbinti.
- Dacă aveți un mănăstir, ești c. trebuie

montat pe perete și trebuie să aibă un
întreținător suspendat, acționat prin
tracere.

- Finiți detergenții și lichidele toosite la curățare, ca și pe un deoseci. Într-un didap cu sistem de închidere ce nu poate , deschis re copil
- Dacă even un dus cu pereți de sticlă, înlocuiți cu perdele sau cu geam seacă

ELECTRICITATEA

Socurile electrice de la circuitul principal pot fi foarte periculoase, astfel încât trebuie să reducem cât mai mult riscul curentului electric.

- Strageți aparatele electrice atunci când nu le folosiți.
- Nu lăsați o priză în funcție fără nimic în ea.
- Acoperiți prizele neutilizate cu capace speciale sau cu bandă izolantă.
- Controlați toate cabloanele de alimentare și înlocuiți-le pe cele cu fire neizolate.
- Nu lăsați pe copil să se joace cu jucării alimentare de la priză pînă la vîrstă de cel puțin patru ani.

SUFRAGERIA

Cînd cumpărați mobilă tapitată, verificați să nu producă fum toxic în timpul unui incendiu. Fixați o apărătoare în urele tale și pe foselelor și evitați utilizarea unor resurse. Televizorul trebuie pus în locuri unde copilul nu poate ajunge, mai ales la partea din spate a acestuia.

Nu lăsați la îndemîna copilului țigări, chibrituri, ustensile pentru gătit sau momele. Plantele de apartament trebuie ținute în locuri unde copilul să nu poată ajunge sau altă mai mult ca ele unele din tre ele pot fi otrăvitoare. Dacă aveți ustensile la care partea de jos este din sticlă sau dacă ferestrele sînt situate jos, uniză sticlă secură sau armată cu fire de siguranță sau lipiți etichete pe geam, pentru ca să vădă sticla transparentă.

Evitați mesele acoperite cu cristale

HOLUL ȘI SCĂRILE

Fixați oși de siguranță în capul și la jos, scărilor înainte de perioada cînd copilul se poate ridica sau călări.

Asigurați-vă că toate scările sînt bine ținute și că barele și bazele scadelor nu sînt ani de țare, încît copilul să poată cădea printru ele. Nu lăsați jucării pe trepte, lenjerii sau orice altceva. Convingeți-vă că înlocuirea de la uscat la intrare nu e la îndemîna lui.

Instalați un detector de fum. Reparați țigile care afîrnă, covorele rupte sau gaurile din podea și, dacă podelele sînt lastruite, fixați pe scările covorelor în mîner al care să nu alunecă. Nu lăsați pe copil să umble în curaj pe podele alunecătoare și convingeți-l că nu sînt cîmbur pe jos, dacă îl lăsați să meargă în picioarele goale.



Încălziți toate băuturile copilului cu apă caldă, nu cu apă fierdă sau fierbîntă.

Încălziți pe copil să nu dăuneze țigile din pînă.

Montați zăvoare, pentru ca nu le poată deschide.

Asigurați-vă că pînă la doi ani copilul nu sînt otrăvitoare și culegător imediat cu capace sau acoperiri de protecție.

Puneți echipamentul de protecție copilului pe bară sau pe născăna pe o suprafață dură.

Convingeți-l că copilul din grupă cu apă caldă și apă caldă, astfel încît copilul să se acopere singur, să nu îl lăsați cu apă caldă cu apă caldă și apă caldă.

GRADINA

Suavețeți-l pe copil cînd se joacă în gradina și, dacă îl lăsați să denunț afară, puneți peste capul, o plasă care să-l apere de arsură sau de insecte. Nu lăsați metoda pe copil să se joace în sau în apropierea bazinului de bălăceala fără un adult care

să-l supravegheze și gîndiți bazina după utilizare. Dacă aveți un butoi cu apă sau un bazin, acoperiți-l sau înconjură-l cu un gard, pentru a-l asigura. Mențineți în bună stare toate acestea – înălțîndu-le regulat, masele și buruienile astfel încît să nu dăuneze copilului și să repare-le dacă sînt deteriorate. Nu lăsați pe copil să se joace într-o zonă unde are utilizare de curînd un pesticid, un insecticid sau un fertilizant.

MAȘINA

Copilul ar trebui să se deplaseze întotdeauna într-o seară de masă, adaptat pentru vîrstă și greutatea sa. Asigurați întotdeauna asilele masinilor, astfel încît să nu le poată deschide și nu lăsați să se aplece pe geam sau să-și scoată mîinile pe geam în timpul călătoriei. Nu lăsați singur în mașină mai mult de cîteva momente sau cînd e singur, țineți-l fîra de mîină, scoateți cheile din contact și lăsați mașina în viteză.

Înainte de a închide ușa sau de a merge în mașină, verificați că nu e copilul. Întotdeauna, dacă e în spatele mașinii, îl veți vedea oglinda retrovizivă.

PRIMUL AJUTOR

Cînd copilul dumneavoastră suferă un accident, îngrijiți mai întâi leziunea cea mai serioasă. Dacă este înconștient, controlați respirația și resuscitați-l, dacă este necesar (vezi paginile 230-232). Înainte de a-i da primul ajutor pentru orice altă rană. Dacă respiră, începeți prin a trata orice lăsar împiedica să respire bine, cum ar fi sufocarea sau înecarea (vezi pp. 234-235), apoi controlați orice sîngerare severă (vezi p. 238). Dacă e accidentat serios sau în soc, va avea



nevoie de tratament medical de urgență, dar va trebui să-i acordați primul ajutor înainte de a solicita tratament medical. Instrucțiunile din acest capitol vă explică cum să vă comportați față de variate leziuni și vă spun cînd este necesar ajutorul. Dacă e nevoie să-l duceți repede pe copil la spital, s-ar putea să ajungă mai repede dacă îl duceți singur decît dacă solicitați o ambulanță, dar vedeți mai jos situațiile în care trebuie să solicitați ambulanța.

TRANSPORTUL COPILULUI LA SPITAL

Solicitați o ambulanță sau rugați pe cineva să telefoneze dacă: ■ credeți că ar putea avea un traumatism al măduvei spinării; ■ considerați că va fi necesar un tratament special pe durata transportului;

■ nu aveți un mijloc de transport adecvat. Dacă îl duceți chiar dumneavoastră la spital, încercați să găsiți pe cineva care să conducă, în timp ce dumneavoastră veți sta cu copilul pe bancheta din spate și veți continua să-i acordați primul ajutor.

Dacă aveți nevoie de o ambulanță și copilul e înconștient, nu-l lăsați singur mai mult de un minut, dacă puteți, și supravegheați-l în timp ce solicitați ajutor. Dacă nu respiră, resuscitați-l înainte de a suna după o ambulanță. Nu vă opriți din resuscitare pînă nu respiră din nou, dar încercați, între manevrele respiratorii, alte persoane, dacă e necesar.

TRUSA DE PRIM AJUTOR

Țineți-o într-un container curat, uscat și înlocuiți cît mai repede tot ce ați utilizat din ea. Să aveți antiseptice, pentru curățarea tăieturilor și a zgîrîiturilor.



Îmbrăcămintă neaderentă, absorbantă, sterilă pentru răni. Se pot îndepărta ușor de pe o rană.

Bandaj triunghiular. Poate fi utilizat pentru a face un bandaj de susținere, sau pentru fixarea unei îmbrăcăminți.

Bandaj de tifon

Bandaj de tifon în dublu strat

Bandaje special pregătite pentru acoperirea rănilor. Conțin dintr-un tampon atașat pe un bandaj, fiind ușor de pus.

Leucoplast. Este util pentru fixarea pe haine, cît și pentru ținerea în contact a marginilor tăieturilor mari.

Vată

Lotiune de calamină (carbonat de zinc). Calmează arsurile și mâncăimurile de insecte și înțepăturile.

Cupă pentru spălături oculare

Foarfece

Pense

Ace de siguranță

Plasturi adezivi asortați. Utilizați-i pentru acoperirea unor tăieturi și zgîrîturi minore.

ATENȚIE!

Dacă există cea mai mică posibilitate ca leziunea să fie la nivelul gîtului sau al spatelui — de exemplu, după o căzătură arîtă — nu-l deplasați decît dacă este absolut obligatoriu. Lăsați-l în poziția în care l-ați găsit și verificați dacă respiră. Dacă e nevoie să-i faceți respirație artificială, găsiți, dacă e posibil, pe cineva să vă ajute. Întoarceți-l foarte ușor pe spate fără a-i răsuși coloana — încercați să-i susțineți capul, umerii și șoldurile, astfel ca întoarcerea să fie simultană pentru toate aceste regiuni.

TEHNICI DE SALVARE A VIEȚII

FAMILIARIZAȚI VĂ cu aceste instrucțiuni astfel încât să puteți acționa rapid. Fiecare secundă contează. Dacă bebelușul sau copilul dumneavoastră pare a fi inconștient, urmați instrucțiunile care urmează înainte de a trata orice altă leziune. Dacă a încetat să respire, este vital ca în plămâni să-i intre repede aer, astfel încât să nu-i sufere creierul. Insuflați-i aerul din plămâni dumneavoastră – astfel puteți preveni afectarea creierului – și reanimați-l. Dacă bătaile inimii s-au oprit, puteți să exercitați asupra ei o pompă manuală pentru a-i menține singele în circulație. Nu renunțați cu ușurință – există cazuri de copii care s-au revenit după câteva ore de resuscitare.

URGENTĂ

Solicitați imediat ajutor de urgență dacă bebelușul sau copilul devine inconștient, chiar și numai pentru câteva secunde.

CONTROLAȚI STAREA DE INCONȘTIENȚĂ

Bateți pe bebeluș sau pe copil pe spate și strigați pe nume. Fără atenția dacă răspunde. Nu-l scuzați, deoarece asta sa putea agrava starea în care se află.

Lovit-i
bățul
picioarelor

❑ Dacă nu răspunde, este inconștient, așa că veniți imediat dacă respira.

❑ Dacă răspunde, eluatați de la zona care s-a fracturat și mutați (vezi pp. 234-240).

CONTROLAREA RESPIRAȚIEI

Trageți-i
jos mandibula
pentru a
deschide gura

2 Penetrați ardeții în apropierea gării și în nasul său. Atunci vă spre picioarele lui. Ascultați orice sunet respirator. Dacă nu ați auzit niciun fel de respirație în orele și totuși vă la prețul lui, dacă a început respirația.

1 Întindeți pe bebeluș sau pe copil pe spate pe un plan dur și așezați-vă în genunchi lângă el. Puneți o mână în creștetul capului și apăsați ușor pentru a-l lăsa capul pe spate. Deschideți-i gura.

❑ Dacă nu sînt semne de respirație, întindeți pe o parte sau puneți pe burtă în poala dumneavoastră. Începînd cu un deget strecurat în gura orice lucru care i-ar putea bloca respirația, dar fiți foarte atenți ca nu cumva să-i împingă ceva în gură. Verificați din nou dacă au apărut semne respiratorii.

❑ Dacă încă nu au apărut semne de respirație, începeți respirația artificială imediat (vezi pagina următoare).

❑ Dacă copilul respiră puneți-l pe o parte în poziția de recuperare (vezi p. 233) și solicitați imediat ajutor de urgență.

RESPIRAȚIA ARTIFICIALĂ LA BEBELUȘI

1 Streceți mîna, o mînă sub gîtul bebelușului, înconjurîndu-l baza capului, pentru a-l susține și a ține capul dat pe spate. Lăsați și cealaltă mînă pe frunte.

❑ Dacă pieptul nu se ridică, probabil că are ceva care îi blochează traheea. Trătați-l pentru sufocare (vezi p. 231), apoi continuați respirația artificială dacă este necesar.

2 Inspirati adînc, apoi puneți-vă buzele în jurul gîrții și nasului lui, realizînd o apăsare cît mai fermă, apoi expirați ușor.

3 Priviți pieptul copilului pentru a vedea dacă se ridică atunci cînd expirați.

❑ Dacă pieptul se ridică, îndepărtați-vă gura de pe fața lui și lăsați ca pieptul său să se depîrteze. Faceți aceste manevre respiratorii deosecat, de două ori, apoi controlați-i bătăile inimii (vezi pagina următoare).

RESPIRAȚIA ARTIFICIALĂ LA COPII

1 Ridicați bărbia copilului pentru a trage înainte mandibula. Deschideți-i gura și țineți-i nările apăsate.

Apăsăți-i nările atunci cînd îi expirați în gură.

2 Inspirati adînc și aplicați-vă ferst buzele în jurul gîrții copilului. Dacă e încă foarte mic, aplicați-vă gura pe gura și nasul său, ca în cazul unui bebeluș (vezi mîi sus). Suflați ușor în gură.

3 Umrîtiți pieptul copilului pentru a vedea dacă se ridică atunci cînd expirați.

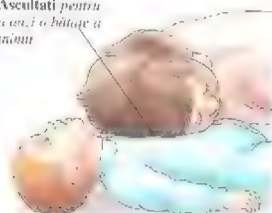
❑ Dacă pieptul nu se ridică, are probabil ceva care îi blochează traheea. Trătați-l pentru sufocare (vezi p. 231), apoi continuați respirația artificială dacă este necesar.

❑ Dacă pieptul se ridică, îndepărtați-vă gura de pe fața lui și lăsați ca pieptul să se depîrteze. Faceți aceste manevre respiratorii de două ori, apoi controlați-i bătăile inimii (vezi pagina următoare).

TEHNICI DE SALVARE A VIETII (continuare)

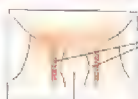
CONTROLAREA BĂTAIILOR CARDIACE

Ascultați pentru a auzi o bătăie a inimii



Pentru un bebeluș

Puneți-i delicat o ureche pe piept și ascultați cu atenție timp de cinci secunde pentru a vedea dacă puteți auzi vreo bătăie a inimii.



Laringe

Copilul are pulsata puternică aici



Pentru un copil mai mare de doi ani

Puneți buricele a doua degete pe fața anterioară a laringelui, apoi alunecați cu ele în mica adâncitură pe lângă acesta. Rămâneți în această poziție cinci secunde.

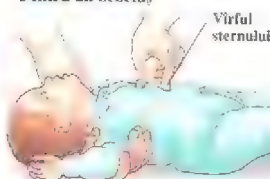
Pentru un bebeluș sau pentru un copil

❑ Dacă nu puteți simți pulsul sau nu puteți auzi o bătăie a inimii, inima sa s-a oprit. Începeți imediat mișcările de compresie ale toracelui (vezi mai jos).

❑ Dacă inima lui bate, continuați să îi expirați ușor în plămâni într-un ritm de aproximativ o respirație la trei secunde, până ce va începe să respire singur. Immediat ce începe să respire din nou, întoarceți-l pe o parte în poziția de recuperare (vezi pagina alăturată).

COMPRESIA EXTERNĂ A TORACELUI

Pentru un bebeluș



Virful sternului

Stern

Coaste



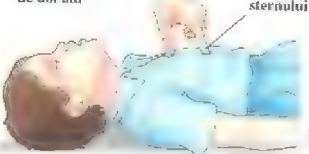
Apăsați aici

Puteți găsi virful sternului prin palparea locului unde cutia toracică are forma de V invers.



1 Strecurați o mână sub umerii bebelușului și apucați partea de sus a brațului său. Cu cealaltă mână găsiți virful sternului (vezi în dreapta), apoi măsurați unde se află jumătatea distanței până la gât.

Pentru un copil mai mare de doi ani



Virful sternului



1 Găsiți virful sternului (vezi diagrama de mai sus), apoi măsurați mijlocul distanței până la baza gâtului.

2 Plasați podul palmei unei mâini sub punctul care marchează jumătatea sternului și apăsați în jos 2,5-3,5 cm, apoi încetați apăsarea.

2 Puneți două degete exact sub mijlocul sternului și apăsați în 1,5-2,5 cm, apoi încetați apăsarea.

Pentru un bebeluș sau pentru un copil

3 Faceți cinci compresii, în ritmul de aproximativ două pe secundă, apoi expirați în plămâni. Continuați cu cinci compresii urmate de o înfătușare a toracelui până ce inima începe să bată sau până soseste ajutorul de urgență. La fiecare două sau trei minute, controlați dacă a început să respire și dacă inima a început să bată.

4 Când inima începe să bată, opriți vă din compresii, dar continuați respirația artificială până ce începe să respire singur sau pînă vine ajutorul.

POZIȚIA DE RECUPERARE

PUNEȚI-L PE BEBELUS sau pe copil în această poziție, dacă este inconștient, dar respiră. Aceasta este cea mai sigură poziție deoarece previne înghițirea limbii, ca și riscul de sufocare, dacă varsă.

ATENȚIE

Nu utilizați poziția de recuperare dacă există vreo posibilitate ca gâtul sau sira spinării să fie afectate, de exemplu după o căzuță sau după un accident de mașină.



2 Întindeți o haină sau o pătură în fața copilului dumneavoastră. Puneți-i o mână pe față pentru a-l proteja, apoi apucați-i soldul cu cealaltă mână. Rostogoliți-l spre dumneavoastră, astfel încât să ajungă pe haină sau pe pătură.



1 Întoarceți-l pe copil cu fata spre dumneavoastră, cu bărbia împinsă înainte. Plasați brata, cel mai apropiat de dumneavoastră lateral de el, îndoiți-o mână sub înduleț, cu palma în sus. Plasați bratul altă la dispoziție de dumneavoastră pe pieptul lui și puneți-l picior peste picior, cu cel mai aproape situat dedesubt.

Capul trebuie să-i fie întors pe-o parte, bine din spate și cu bărbia înclinată



3 Asigurați-vă că nasul și gura nu sînt astupate, apoi îndoiți-i brațul și piciorul situat cel mai sus, pînă ajung în unghi drept, astfel încît să-l susțină. Trageți ușor brațul situat mai jos de sub sold și lăsați-l pe o parte a corpului.

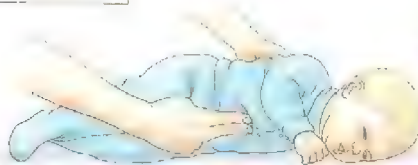
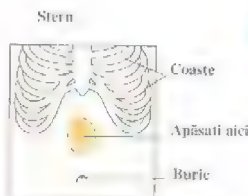
4 Acoperiți-l cu o haină sau cu o pătură, apoi solicitați ajutor de urgență. Stați cu el pînă vine ajutorul și verificați la fiecare trei minute prezența respirației și a bătăilor cardiace (vezi pagina alăturată), dacă inima se oprește.

SUFOCAREA

Se produce cînd un obiect, mic sau o bucată de hrană, se înfășură în gât, provocînd un acces de tuse. Este important să dislocăm repede obiectul, astfel încît copilul să poată respira din nou adecvat. Sufocarea este comună la copii foarte mici, care, în tineria de a băga în gură toate lucrurile pe care le văd înaintea. Li se poate părea greu să înghiță alimente uscate, fructe crocante, astfel încît e bine să le evităm, pe cît posibil.

AJUTORAREA UNUI BEBELUS

1 Țineți-l cu capul în jos, susțineți-l de-a lungul antebrațului, ținîndu-l cu capul în jos, de gleznă. Loviți-l de cel mult patru ori între omoplați.



2 Dacă continuă să se sufocă, mînduți-l și lasați-i ușor capul pe spate. Sustineți-l spatele cu o mîină și plasați două degete ale celeilalte mîini la jumătatea distanței dintre burtă și vîrfel sternului (vezi diagrama). Apăsăți mîntuțu și în sus cu o mișcare apăsătoare, de împingere.

3 Dacă nu începe să respire normal, cînd blocajul este îndepărtat, începeți imediat respirația artificială (vezi pp. 231-232).

URGENTĂ

Solicitați imediat ajutor de urgență dacă:

- ▲ copilul nu mai respiră;
- ▲ nu puteți îndepărta ceea ce îi blochează respirația;
- ▲ copilul continuă să fie sufocat după ce i-ați îndepărtat blocajul.

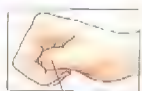
AJUTORAREA UNUI COPIL

1 Stați jos sau în genunchi cu mîinile în pector și întindeți-l pe copil pe burtă pe una din coapse, cu capul atîrnînd în jos. Sustineți-l pieptul cu o mîină și loviți-l între omoplați de cîteva ori.



2 Dacă această manevră nu reușește să dizolve obstrucția, curățați de ură împrejurii în gura copilului ca un deget și încercați să aghățați acel lucru situat în fundul gîtului. Fiți atenți să nu împingeți ceva pe gît în jos.

3 Dacă continuă să fie sufocat, așezați-l în poala dumneavoastră, cu fata înainte. Sustineți-l spatele cu o mîină și cealaltă mîină o sub formă de pumn, cu policele înăuntru, la jumătatea distanței dintre burtă și vîrfel sternului (vezi diagrama din stînga). Apăsăți cu putere, înăuntru și în sus, cel mult de patru ori.



Îndoiti policele înăuntru pumnului

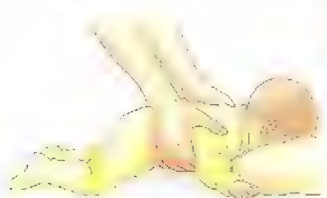


4 Dacă copilul nu începe să respire normal, cînd obstrucția e îndepărtată, începeți respirația artificială (vezi pp. 231-232).

ASFIXIEREA

Orice stați înmormite, copilul dumneavoastră poate să-și acopere fața și să-și încurce respirația.

Ce pot face?



1 Ridicați pe copil sau îndepărtați orice îi acoperă fața.

URGENTĂ

Solicitați ajutor de urgență

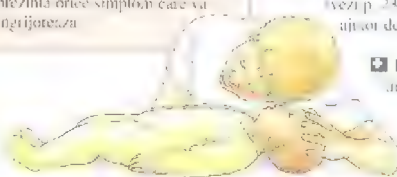
imediat dacă:

- ▲ copilul devine înconștient,
- ▲ încetază să respire, chiar dacă doar pentru câteva secunde,
- ▲ prezintă orice simptom care vă îngrijorează.

❑ Dacă nu respiră, încercați să realizați respirația artificială (vezi pp. 232-233) și cereți ajutor de urgență imediat.

❑ Dacă respiră, dar e înconștient, plasați-l în poziția de recuperare (vezi p. 233), apoi solicitați ajutor de urgență.

❑ Dacă este conștient, asigurați-l și calmați-l.



2 Controlați dacă copilul este conștient și respiră (vezi p. 230).

ÎNECAREA

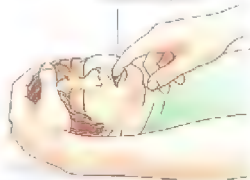
Bebelușii și copiii se pot îneca în foarte puțină apă. Când fată sau copil înec este serios în pericol, reacția sa automată este de a înșuși apă din surse de apă mai puțin profund decât de a-și ridica fața din apă.

Ce pot face?

Controlați dacă copilul este conștient și respiră (vezi p. 230). Dacă tusește, se sufocă sau țâșnește, înseamnă că încă respiră. Dacă e vreun pericol să-și fi lovit gâtul sau spatele, ridicați-l foarte ușor și convingenți-vă că nu îl răsunăți cervical sau vertebral.

❑ Dacă nu respiră, nu pierdeți timp încercând să creștați apa cu plămâni și a. Căutați orice resturi cu un arțar, mojarul sau un buze moare din gura lui, și începeți respirația artificială (vezi pp. 232-233) imediat – dacă este posibil chiar în timp ce e scos din apă și solicitați ajutor de urgență. Continuați respirația artificială până ce se seste ajutorul sau până ce copilul începe să respire din nou, apoi puneți-l în poziția de recuperare (vezi p. 233).

Curățați orice fragment din gura cu degetul dumneavoastră



URGENTĂ

Solicitați imediat ajutor de urgență cind copilul a fost salvat de la înec, chiar dacă nu a fost înconștient.

❑ Dacă respiră, dar este înconștient, plasați-l în poziția de recuperare (vezi p. 233), astfel încât apa să se poată scurge din gura și din plămâni, și solicitați imediat ajutor de urgență. Acoperiți-l cu o blană sau o pătură pentru a-l ține la căldură. Puneți-l într-o cameră caldă imediat ce puteți, deoarece s-ar putea să se fi răcit periculos de mult după o perioadă chiar scurtă de scufundare în apă rece.

❑ Dacă este conștient, doar liniștiți-l și asigurați-l că totul e bine și asigurați-vă că stă la căldură.



ȘOCUL

Este o stare ce pune viața în pericol, caracterizată prin colaps, situație în care tensiunea arterială scade periculos de mult, reprezentând reacția organismului la orice lezune severă. În special, la cele în care copilul a suferit fie o arsură gravă, fie o sîngerare masivă.

SEMNE/SIMPTOME

- ▲ piele palidă, rece, a medii;
- ▲ colorație albastrăie sau cenușie pe fața internă a buzelor sau sub unghii;
- ▲ respirație rapidă și superficială;
- ▲ nemișcare, nu-și găsește locul;
- ▲ somnolență sau confuzie;
- ▲ incoerență

URGENTĂ

Solicitați imediat ajutor de urgență fiind considerați copilul în șoc.

Ce pot face?



1 Întindeți copilul pe spate, dacă este posibil pe o haină sau pe o pătură. Întindeți-i capul pe o parte, apoi ridicați picioarele cu aproximativ 20 cm și rezemati-le de ceva, un vral de haină sau o sacosă. Nu-i ridicați picioarele dacă are un picior rupt sau o mușcătură venimoasă la nivelul anua dintre picioare.

2 Acoperiți-l cu o haină sau o pătură sau așezați-l în brațe pentru a-l ține la cald. Nu încercați să-l încălziți cu o sticlă cu apă fierbinte sau cu o penclă electrică – asta nu face altceva decît să-l deplaseze singele dinspre organele profunde spre piele.

3 Dacă se plînge de sete, amestăți buzele cu o pinză a bebelușului. Nu îi dați nimic să minimeze sau să bea. Există o singură excepție la această regulă: puteți să îi dați mici sorbituri de apă dacă a suferit o arsură severă.

4 Dacă devine inconștient, controlați respirația (vezi p. 230).

☑ Dacă nu respiră, începeți respirația artificială (vezi pp. 231-232).

☑ Dacă respiră, puneți-l în poziția de recuperare (vezi p. 233).

OTRĂVIRILE

Bebe, usă și copiii mici sînt curioși și nu au o reală capacitate de discriminare, astfel încît este important să țineți închise substanțele otrăvitoare, în locuri unde copilul nu poate ajunge.

Ce pot face?

1 Dacă copilul este inconștient, controlați dacă respiră (vezi p. 230).



☑ Dacă nu respiră, începeți imediat respirația artificială (vezi pp. 231-232), dar ștergeți-i frîntul fața (vezi mai sus) sau plasați o bălăstă subțire peste gura lui și suflați prin ea pentru a evita ajungerea otrăvii în propria dumneavoastră gură.

☑ Dacă respiră, puneți-l în poziția de revenire (vezi p. 233).

URGENTĂ

Solicitați imediat ajutor de urgență dacă vă gândiți că ar fi putut înghiți ceva otrăvitor.

SEMNE/SIMPTOME

Depinde de tipul de otrăvire pe care a înghițit-o. Urmăriți oricare dintre aceste semne:

- ▲ durere abdominală;
- ▲ vărsături;
- ▲ simptome de șoc (vezi mai sus);
- ▲ convulsii;
- ▲ somnolență;
- ▲ arsuri sau decolorare în jurul gurii dacă copilul a înghițit o otrăvă corozivă;
- ▲ otrăvă sau o cutie goală în apropiere.

2 Dacă vedeți asurz în jurul gurii copilului sau aveți vreun motiv să considerați că s-ar putea să fi înghițit un produs chimic, spălați-i pielea și buzele cu apă. Dacă este conștient, dați-i repede să bea mîscă apă sau lapte.

3 Încercați să aflați ce a înghițit, ce cantitate și cu cît timp în urmă. Informați doctorul sau personalul ambulanței și, dacă este posibil, dați-i o probă din produsul înghițit sau cutia în care se afla produsul.

4 Dacă copilul vărsă, păstrați o probă din vărsătură și dați-o doctorului sau personalului ambulanței. Nu încercați să îl faceți pe copil să vîrse.

ARSURILE ȘI OPĂRELILE

O arsură mică, superficială, care produce înroșirea pielii pe o suprafață de aproximativ 2-3 cm² este o arsură minoră și poate fi tratată acasă. O arsură care acoperă o suprafață mai mare este o arsură majoră și este periculoasă pentru copil, din moment ce prin a fi afectată se pierde lichid, respectiv poate fi o poartă de intrare a infecției. Pentru arsurile de la soare, vezi p. 22.

ARSURI MINORE

Ce pot face?

1 Răciți arsura imediat, ținând-o sub apă rece, ce curge ușor, până când durerea scade în intensitate. Acest lucru va ajuta să nu apară bășici.



2 Dacă apare o bășică, puneți un tampon de material nepufos și mențineți-l cu plastare adeziv sau cu leucoplast.

Nu spargeți bășicile – ele protejează zona afectată, atâta timp cât este curată, în timp ce noua piele crește.

Nu puneți nici o cremă sau loțiune pe ea.

HAINE CARE ARD

Ce pot face?

1 Întindeți pe copil pe jos, cu arsură a zărilor situată în sus. Evitați atingerea ariilor arzînd cu hainele sau cu mâinile dumneavoastră, dacă este posibil.



2 Stingeți focul prin stropire cu apă sau prin înabuseră. Hăcărul cu o cârpă, o pătură sau o perdea groasă, ținându-l pe cât posibil la distanță de capul copilului.

Nu aruncați apă pe el dacă este în apropierea unui aparat electric în funcție.

Nu încercați să înabusați hăcările cu materiale de nailon sau altele inflamabile.

Nu lăsați copilul să fugă afară – aerul nu va face decât să întărească flăcările.

3 Când hăcările au dispărut, tratați-le ca în cazul unei arsuri majore (vezi dreapta).

URGENTĂ

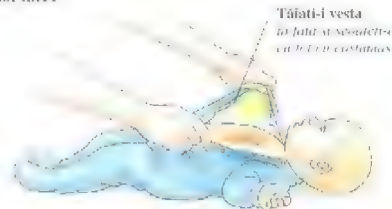
Duceți copilul la spital imediat ce vi s-a acordat primul ajutor dacă:

▲ arsură acoperă o suprafață mai mare de 2-3 cm²;

▲ arsură a fost produsă de un șoc electric (vezi p. 243).

ARSURI MAJORE

Ce pot face?



Țineți-i vesta în față și scindele în spate cu o cârpă costurată.

1 Îndepărtați orice haină prea largă care a cîș, imediat în apă curată, grasime, mîncare sau substanțe chimice corozive, avînd grijă să nu atingă în altă parte pielea copilului. Mai curînd țineți-i hainele decît să le ardeți peste fața.

Nu îndepărtați hainele așe sau orice haină care s-a lipit de arsură.

2 Răciți imediat arsură prin scurgere cu apă rece, puneți-l pe copil într-o cadă cu apă rece sau muiați-l în ceasraf sau un prosop în apă rece și acoperiți arsură cu el. Nu-i stergeți pielea.

3 Dacă pielea i a fost arsă de substanțe chimice, spălați-o cu apă rece din plin, dar nu lăsați apa să curgă pe zonele neafectate.

3 Acoperiți aria cu o îmbrăcăminte curată, foarte largă (nefăcută). Dacă nu aveți o îmbrăcăminte sterilă, mergeți o batistă proaspăt călcată sau o față de pernă proaspăt călcată.



4 Cînați semnele/simptomele de șoc și mutați-vă copilul ca atare, dacă este necesar (vezi pagina alăturată). Dacă se plînge că îi e sete, dați-i cîteva înghitururi de apă.

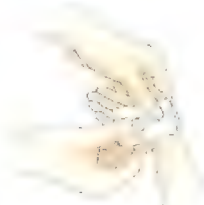
SÎNGERAREA ABUNDENTĂ

Dacă sîngeretis este cu pîtere din sîrnată sau dacă sîngerarea continuă mai mult de cîinci minute, încercați să opriți fluxul sîngelui prin sîngete sau prin sărnată.

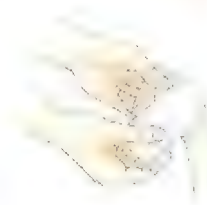
Ce pot face?



1 Ridicați partea lezată deasupra nivelului alinării corpului, pentru a reduce cantitatea de sîngere care este pînată. Verificați dacă rana se află obiecte în pielea rănită și, dacă este așa, îndepărtați-le cu grijă. Dacă rana este mare, puneți un tampon de gaze steril peste ea.



2 Plasați o bucată de material curat, netăcut, peste rana și bîndajăți cu atenție. Dacă este necesar, puneți o bucată de material curat peste prima bucată de material curat. Dacă nu aveți la îndemînă material curat, apăsați cu degetele, fiindu-vă atenți să nu răniți rana.



3 Dacă nu puteți opri sîngerarea, puneți o bucată de material curat peste rana și bîndajăți cu atenție. Dacă se răniște rana, puneți o bucată de material curat peste prima bucată de material curat. Dacă nu aveți la îndemînă material curat, apăsați cu degetele, fiindu-vă atenți să nu răniți rana.

URGENTĂ

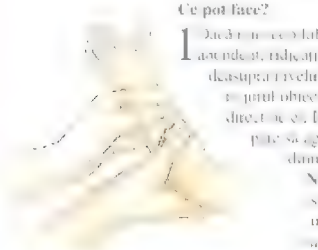
Duceți copilul la spital imediat ce rana este grav rănită și dacă sîngerarea este abundentă.

4 Verificați dacă sînt prezente sau pe cale să apară semne de șoc (creșterea vitezei bătăilor, tîrîșirea pielii).

OBIECTELE ÎNFIPTATE

Marele risc de infecție este dat de rănile care au fost în contact cu obiecte străine. Dacă sîngerarea este abundentă, este posibil să fie necesar să se oprească sîngerarea. Totuși, dacă copilul are un obiect înfipt în rana, nu încercați să îl scoateți, deoarece acesta poate fi rănit.

Ce pot face?



1 Dacă nu puteți opri sîngerarea, ridicați partea lezată deasupra nivelului alinării corpului și apăsați ușor pe obiectul înfipt, în direcția din care a ieșit. Dacă acest lucru nu poate fi făcut, puneți un tampon de gaze steril peste rana și bîndajăți cu atenție.

Nu încercați să scoateți obiectul sau să îl mișcați în rana și să îl răniți.



Acoperiți ușor rana cu un tampon de gaze steril și bîndajăți cu atenție.

URGENTĂ

Duceți copilul la spital imediat ce rana este grav rănită și dacă sîngerarea este abundentă.

2 Dacă nu puteți opri sîngerarea, ridicați partea lezată deasupra nivelului alinării corpului și apăsați ușor pe obiectul înfipt, în direcția din care a ieșit. Dacă acest lucru nu poate fi făcut, puneți un tampon de gaze steril peste rana și bîndajăți cu atenție.

3 Plasați un tampon de material curat, netăcut, peste rana și bîndajăți cu atenție. Dacă este necesar, puneți o bucată de material curat peste prima bucată de material curat. Dacă nu aveți la îndemînă material curat, apăsați cu degetele, fiindu-vă atenți să nu răniți rana.

TĂIETURILE ȘI ZGÎRIETURILE

Tăieturile și zgîrierile se vindecă mult mai repede în timpul copilăriei și pe cele mai mici le dă trezile și se potă. Totuși, chiar din cauza acestui, neapărat atenția cu vaccinare, anti-tetanoși și rapoartele să fie făcute la zi (vezi p. 196) – deoarece tetanosul poate să vădă prin pătăderia mării în marea – frate – o mușcătură de animal care să tăietura, dar, dacă e o tăietură sau o înțepătură, o tăietură (vezi p. 244).

Ce pot face?



URGENTĂ

Duceți copilul la spital imediat ce i-au dat primul ajutor dacă:

- ▲ tăietura este largă sau adâncă;
- ▲ tăietura are o argon negrețată sau vine dintr-o rană;
- ▲ copilul are o rană în jurul pe față;
- ▲ rana sau zgîrieră este foarte murdară;
- ▲ copilul are o rană, prin înțepare o tăietură înfundată sau o rană mică, oricâtă la nivelul pielii, produsă de ceva mai dur – o glea sau un dinte de animal.

Consultați doctorul imediat ce este posibil, dacă rana din jurul rănii devine sensibilă și roșie – poate fi infectată.

1 Într-o spălare cu apă caldă și săpun, dacă este posibil. Curățați tăietura prin tăierea ei și curățarea ei cu apă caldă și săpun. Ștergeți zona cu un tifon curat și compresia cu apă caldă și săpun. Dacă rana este mică, puneți o buclă de tifon curat și apă caldă și săpun.

2 Dacă rana este mică, puneți o buclă de tifon curat și apă caldă și săpun.

3 Dacă copilul a fost mușcat de un animal, spălați rana din jurul rănii cu apă caldă și săpun.

4 Dacă tăietura continuă să sângereze, puneți o buclă de tifon curat și apă caldă și săpun pe ea. Dacă rana este mică, puneți o buclă de tifon curat și apă caldă și săpun pe ea.

3 Puneți un plăstere sau o buclă de tifon curat și apă caldă și săpun pe ea. Dacă rana este mică, puneți o buclă de tifon curat și apă caldă și săpun pe ea.

4 Tăietura tăietura, copilul cu răni mici, puneți o buclă de tifon curat și apă caldă și săpun pe ea. Dacă rana este mică, puneți o buclă de tifon curat și apă caldă și săpun pe ea.

SÎNGERĂRILE NAZALE

Sîngerările nazale pot rezulta ca o rană a mucoasei nazale, de răsărit sau a mucoasei nazale. Uneori nu există o cauză aparentă. Un copil poate avea o tendință la sîngerări nazale prin și din cauza unei vase de sînge, de obicei nazale, fragile.

CHIEMATI DOCTORUL

Chieმაti doctorul dacă nasul copilului continuă să sîngereze la fel de rău după o rănită de 10. Consultați doctorul când copilul are frecvente și severe sîngerări nazale.

Ce pot face?

1 Așezăți-l pe copil să se aplece în față pe cap și să înclăie strîns, apăsată nările aproximativ zece minute. Încercați să îl apăsați în față pe nas sau să înclăie singele – în timp ce încercați să îl apăsați.

Pensati o buclă de tifon curat și apă caldă și săpun.

2 Dacă nasul continuă să sîngereze, puneți o buclă de tifon curat și apă caldă și săpun pe ea. Dacă rana este mică, puneți o buclă de tifon curat și apă caldă și săpun pe ea.

3 Nu îl puneți să se aplece nasul aproximativ zece minute după ce sîngerările sînt oprite.



LEZIUNILE CAPULUI ȘI ALE FEȚEI

Loviturile la nivelul capului sînt comune la copila mic și pot produce ecuzie impresionantă, dar sînt rareori serioase. O răștură la nivelul frunții sau scalpului, chiar una foarte mică, va sîngea abundant.

Dacă copilul are o lovitură severă la nivelul capului, poate suferi o comotie, care apare cînd creierul este zguduit în interiorul craniului, sau din sîngerarea intracraniană – desi aceasta poate sîmb apară de cît pe cîteva ore. Semnele acestei leziuni sînt menționate mai jos.

URGENTĂ

Solicitați imediat ajutor de urgență dacă lovitura s-a produs la cap și copilul prezintă vreun comportament neobișnuit sau are oricare din următoarele semne/simptome în 24 de ore după lovitură:

- ▲ pierderea conștienței, chiar dacă de scurtă durată;
- ▲ vîrsături;
- ▲ respirație zgomotoasă sau scordu;
- ▲ dificultate în menținerea stării de veghe sau o somnolență anormală;
- ▲ scurgere clară sau sangvinolentă din nas sau din urechi;
- ▲ plîns neobișnuit;
- ▲ durere de cap gravă;
- ▲ nu îi place lumina puternică.

DENTI RUPTI

Dacă copilul are un dinte rupt, acoperiți dintele sau bucața ruptă cu lapte și duceți-l pe copil și dintele la dentiș sau la spital.

Ce pot face?

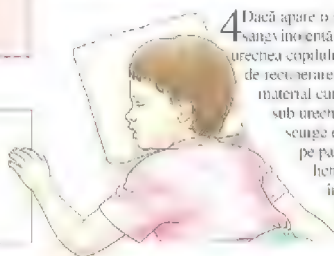
1 Dacă se iese un cucu în cap, copilului, țineți o cîrpă înmuiată în apă foarte rece, stoarsă, sau o pungă cu gheață învelită într-o cîrpă umezită, peste cucu. Acest gest poate opri umflarea. Controlați la fiecare cîteva minute aspectul pielii de dedesubt și îndepărtați punga cu gheață dacă apare o zonă roșie cu centrul alb ceros.



2 Dacă copilul sîngerază de la nivelul capului, puneți o cîrpă curată peste tăcătura și apăsați cu în cazul unei sîngerări, sita ate în altă parte a nivelului corpului. (vezi p. 238)

3 Supravegheați-vă cu atenție copilul în următoarele 24 de ore, în caz că va dezvolta oricare dintre semnele de urgență menționate în chenarul din stînga. Dacă s-a lovit rîu la cap, reziziți-l la fiecare trei ore – dacă nu se sculă, **solicitați imediat ajutor de urgență.**

4 Dacă apare o scurgere clară sau sangvinolentă din nasul sau din urechea copilului, puneți în poziția de recușenă cu un tampon de material curat plasat sub nas sau sub ureche. Dacă lichidul se scurge din ureche, întindeți l pe partea lovită, astfel încît lichidul să se poată scurge în afara acesteia. **Nu încercați să opriți scurgerea**



VÎNĂȚĂILE ȘI UMFLĂTURILE

O vînată rechinzoasă apare atunci cînd o căzătură sau o lovitură produce o sîngerare în tesuturile de sub tegumente, rezultînd o umflătură și modificarea culorii. În mod normal vînatăile se decolorează gradat și dispar după o săptămînă.

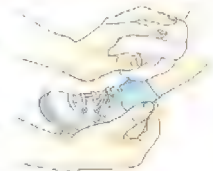
DEGETE ZDROBITE

Dacă copilul și-a zdrobit degetele într-o ușă sau fereastră sau dacă i-a căzut ceva greu pe picior, țineți zona lovită sub apă rece curgătoare timp de cîteva minute. Dacă este foarte umflată sau înăd durerosă după aproximativ o jumătate de oră, duceți copilul la spital.

Ce pot face?

1 Țineți un pansament în miut în apă foarte rece și scors sau o pungă cu gheață învelită într-un material umezit peste lovitură aproximativ o jumătate de oră. Aceasta ar trebui să reducă durerea și umflătura.

2 Dacă copilul pare a avea o durere foarte mare la folosirea membrului cu vînatăie, în special dacă umflătura este severă, controlați prezenta oricărui semn de entorsă sau de fractură, ușoară (vezi pagina alăturată)



ENTORSELE

Când există o entorsă la nivelul unei articulații, ligamentele (fibrele solide care solidifică articulația) sînt afectate. Acest fapt poate provoca simptome foarte asemănătoare celor din cadrul unei fracturi. Dacă nu aveți certitudinea unei entorse, comportați-vă ca și cum v-ați afla în fața unei fracturi (vezi mai jos).

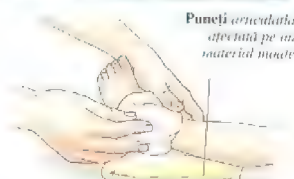
Ce pot face?



1 Scoateți cu delicatețe pantoful și ciorapul copilului sau orice altceva ar putea strînge umflătura din jurul articulației afectate.

SEMENE/SIMPTOME

- ▲ durere în zona lezată;
- ▲ umflarea zonei și, mai trîziu, vinămie;
- ▲ dificultate în mișcarea articulației.



Puneți articulația afectată pe o suprafață moale

2 Țineți articulația afectată în cea mai confortabilă poziție pentru copil, apoi țineți o cârpă imersată în apă rece cu gheață, stoarsă, sau o pungă cu gheață învelită într-o cârpă umezită, pe articulație, pentru a reduce umflătura și durerea.

URGENTĂ

Duceți copilul la spital imediat, ce ai terminat acordarea primului ajutor.



3 Înfășurați un strat gros de vată în jurul articulației, apoi bandajați-o strîns, dar nu ați de strîns închiungine să se albească sau să se albastrească.

FRACTURILE ȘI LUXAȚIILE

Fracturile sînt neobișnuite la bebeluși și la copiii mici: oasele lor nu s-au întărit încă, astfel închiung sînt flexibile și mai curind se îndreaptă decît să se rupă. Uneori poate fi o fisură, care se vindecă ușor (desigur denumită fractură „în lemn verde”). O luxație înseamnă că unul sau mai multe dintre oasele ce alcătuiesc o articulație s-au deplasat din poziția normală. Dacă considerați că gîtul sau spatele copilului ar putea avea fracturi, nu li mișcați decît dacă nu mai respiră (vezi pp. 229-230).

Ce pot face?

1 Scoateți cu delicatețe pantoful și ciorapul copilului sau orice altceva ar putea strînge umflătura din jurul zonei lezate.

Nu-l mișcați decît dacă e absolut necesar.

Legati bandajul pe partea neafectată



2 Țineți partea lezată în cea mai confortabilă poziție pentru copil.

Dacă partea ruptă este la încheietura mîinii, la un braț sau claviculă,

puneți un pansament în jurul zonei și, dacă copilul vă va lăsa, îndreptați cotul astfel încît antebrațul să stea transversal pe torace, apoi susțineți-l cu un suport ca în desen. Nu încercați să-i forțați mîna în această poziție.



Pentru un picior sau pentru o gleznă rupte, întindeți-l pe copil și puneți un pansament în jurul zonei lezate și între genunchi și gleznă. Bandajați piciorul împreună cu cel neafectat, fixați-le deasupra și dedesubtul fetei. Puneți pansament și sub noduri.

3 Controlați dacă sînt prezente semne/simptome de șoc și tratați-le dacă e necesar (vezi p. 236). Dacă considerați că are un picior rupt, nu i ridicați piciorul.

SEMENE/SIMPTOME

- ▲ durere severă în aria lezată;
- ▲ umflarea zonei și apoi apariția unei vinămie;
- ▲ dificultate în mișcarea zonei lezate;
- ▲ aspect deformat al zonei lezate – în membru ar putea avea o înclinare ciudată sau ar putea pareea mai scurt decît membrul neafectat.

URGENTĂ

Solicitați imediat ajutor de urgență după ce i-ați acordat primul ajutor.

CORPI STRĂINI ÎN OCHI

Genzele sau particulele de praf pot intra cu ușurință în ochi. Dacă ochiul copilului pare iritat dar nu vedeți vreun corp străin în el, vă puteți să așteptați o întregă oră pentru a vedea dacă se va îndepărta singur (vezi p. 202).

SEMENE/SIMPTOME

- ▲ durere la nivelul ochiului.
- ▲ ochi roșu, care înroșește.
- ▲ copilul se freacă la ochi.

CHIMICALE ÎN OCHI

Dacă copilul s-a streșit cu o substanță chimică sau lichide corozive, spălați-l imediat ochii cu apă rece de la robinet, ținându-i pleoapile depărtate cu degetele. Dacă este afectat numai un ochi, înclinați capul astfel încât ochiul afectat să fie mai jos situat ca substanțele chimice îndepărtate prin spălare să nu poată intra în ochiul neafectat. Apoi acoperiți ochiul cu un bandaj și duceți-l pe copil la spital. Dacă este posibil, luați și sticlă în care s-a aflat substanța chimică.

Ce pot face?

1 Așteptați câteva minute pentru a vedea dacă iritarea normală a ochiului va spăla corpul străin. Încercați să îl opriți pe copil să-și mai frece ochiul.

2 Dacă obiectul se mai află la nivelul ochiului, examinați ochiul copilului la o sursă bună de lumină. Rugați-l să se uite în sus în timp ce îl trageți ușor în jos pleoapa în exterior și polenește.

3 Dacă puteți vedea obiectul în zona albă, venoasă, încercați să îl începeți prin atingerea lui foarte ușoară cu vârf de deget sau cu o bucată de vată răscuită.

4 Dacă nu puteți vedea nimic, țineti de genă și trageți ușor în jos pleoapa superioară și în jos pleoapa inferioară. Dacă obiectul este sub pleoapa superioară, aceasta manevra vă va putea să îl îndepărteze.

5 Dacă copilul are încă senzația de nisip în ochi, sau ochiul e tot dureros, sau dacă obiectul nu se află pe partea albă a ochiului și nu poate fi îndepărtat cu ușurință, acoperiți ochiul cu un tampon de vată, fixat cu un bandaj sau cu o esarță și duceți-l la spital. Caută să îl opriți să-și mai frece ochiul. **Nu încercați să îndepărtați ceva care se află pe partea centrală a corneii a ochiului sau orice ar fi intrat în partea albă a ochiului.**

CORPI STRĂINI ÎN URECHE

Insectele pot pătrunde în urechea copilului, iar copiii își bagă uneori mici obiecte în urechi. Nu lăsați pe copil să se joace cu bulute, pietrele sau cu obiecte mici similare, până nu e destul de mare pentru a înțelege că nu trebuie să si le bage în ureche.

Ce pot face?

Aplicați cămășuța uscată, caldă în mână câteva momente și o puteți introduce în ureche.

SEMENE/SIMPTOME

- ▲ gâdărituri în ureche.
- ▲ duritate purtând.
- ▲ copilul s-ar putea să se frece sau să se tragă de ureche.

1 Puneți un prosop în jurul amelor copilului, apoi țineti-i capul aplecat într-o parte, cu urechea afectată în sus și picurați câteva picături de apă caldă în ureche.

2 Înclinați apoi invers capul copilului astfel încât urechea afectată să fie acum în jos. Apa ar putea îndepărta orice a fost în ureche. Dacă acest lucru nu se întâmplă, duceți-l la spital.

CORPI STRĂINI ÎN NAS

Copii își înțeleg uneori în nas bucurii mici de mâncare sau alte obiecte, cum ar fi buclă.

SEMNE/SIMPTOME

- ▲ scurgere nazală, sângeroasă, dur, dur.

Ce pot face?

Dacă copilul își poate sufla nasul, ajutați-l să își sufle, cînd o nara pe rând. Dacă asta nu deplasează obiectul, nu încercați să îl scoateți dumneavoastră. Duceți copilul la spital imediat.

ȘOCUL ELECTRIC

Un șoc electric însoțit doar o scurtă senzație de înțepătură și înmăcături. Unul sever poate trînti jos capul, poate să-l facă înconștient și îi poate opri respirația și bătăile inimii. Curentul electric poate produce și arsuri. Dacă cîmpul atinge ca mințile tale un aparat electric defect, se va curența mai, pacienții devin dăunăți și arși cu mîini uscate.

URGENTĂ

Duceți copilul la spital imediat cînd i-ați dat primul ajutor dacă:

- ▲ a fost înconștient, chiar dacă conștient după cîteva secunde;
- ▲ are vînt arsuri electrice.

Ce pot face?

1 Întrerupeți curentul, pe cît posibil de la sursă principală.

2 Dacă nu puteți face acest lucru, stați pe material izolator, cum ar fi cauciuc sau un vînt de zăcărie uscat. Separați-l pe copil de sursa electrică prin împingerea capului sau a corpului, arîndu-l un obiect uscat, care nu conduce curentul electric, cum ar fi un scaun de lemn sau o coadă de mîtură.

3 Dacă nu aveți la îndemînă nimic din cele menționate, trageți-l deoparte pe copil, izolînd-vă mîna cît de bine puteți, învelind-o într-o haină uscată sau în zăcărie uscată. Apucați hainele copilului și evitați să-i atîngeți pielea.

Îndepărtați
arbitrari în brațul
copilului

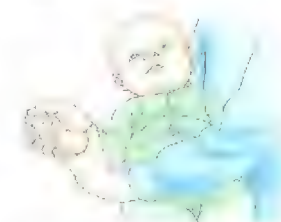
ARSURI ELECTRICE

Curentul electric poate produce arsuri în locul unde pătrunde în corp, astfel înțepăt copilul poate avea arsuri în locul în care a atins sursa de electricitate și la nivelul oricărei zone care s-a aflat în contact cu pămîntul. Dacă aceste arsuri pot fi văzute, acestea sînt foarte adînci.

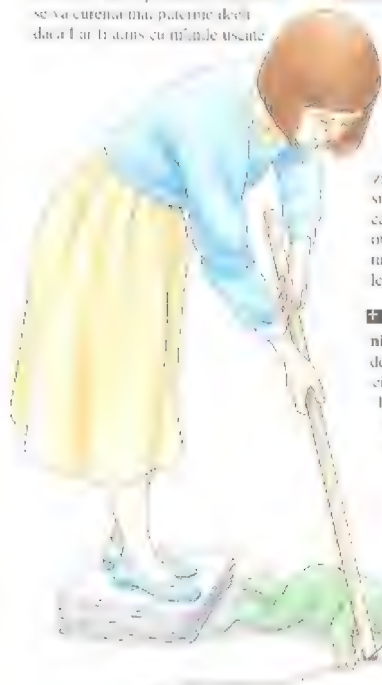
2 Verificați dacă copilul este conștient (vezi p. 230).

4 Dacă este înconștient, controlați și respirația. Începeți respirația artificială imediat, dacă este necesar (vezi pp. 231-232). Dacă respiră, puneți-l în poziția de recuperare (vezi p. 233).

5 Dacă este conștient, liniștiți-l și mișcați-l. Clărați semnele de șoc (vezi p. 236).

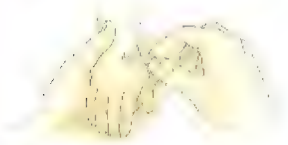


3 Examinați-l în căutarea unor arsuri: controlați zonele care erau în contact cu sursa electrică sau cu pămîntul. Tăcările vor arăta roșii sau pîrlele și se pot umfla. Dacă găsiți vreuna, tratați-o cu o arsură majoră (vezi p. 237).



MUȘCĂTURILE ȘI ÎNȚEPĂTURILE MINORE

Cele mai multe pante, insecte și meduze produc doar înțepături minore care, deși pot fi dureroase, nu sunt periculoase pentru copil. Totuși, unele persoane pot dezvolta o reacție alergică serioasă la înțepătură, și, de aceea, necesită tratament medical urgent.

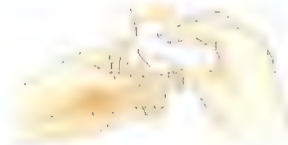


Ce pot face?

1 Dacă copilul a fost înțepat de o albină, controlați dacă acul a rămas înfipt în piele. Scoateți-l cu o pensetă, cu un cutit sau cu unghiele, având grijă să nu apăsați pe locul sau de otrăvă priș în couda lui.

SEMNE/SIMPTOME

- ▲ durere ascuțită;
- ▲ roșeață;
- ▲ umflare usnată;
- ▲ mâncărime.



2 Țineți peste înțepătură o bucată de material înmuiată în apă rece.

3 Dacă a fost muscat în gură, dați-i o băutară rece sau, dacă e mai mare de doi ani, lăsați-l să sugă un cub de gheață. Aceasta ajută la reducerea umflăturii.

URGENTĂ

Duceți copilul la spital imediat ce i-ați acordat primul ajutor dacă:

- ▲ respiră cu dificultate;
- ▲ face o erupție înținsă cu papule;
- ▲ se simte amețit sau leșină;
- ▲ dezvoltă semne/simptome de șoc (vezi p. 236);
- ▲ are o înțepătură înăuntrul gâtii.

MUȘCĂTURI DE ȘARPE ȘI PĂIANJEN, ÎNȚEPĂTURI DE SCORPION

Mușcăturile de șarpe și păianjeni venozici, ca și înțepăturile de scorpion, sînt întotdeauna periculoase pentru copiii mici. Mușcăturile de șarpe pot transmite și tetanosul, dar copilul poate fi vaccinat împotriva acestei risce. În România, riscul unor asemenea mușcături și înțepături e minim.

SEMNE/SIMPTOME

Vor depinde de ceea ce i-a mîscat sau înțepat: unele simptome s-ar putea să apară după câteva ore:

- ▲ durere severă;
- ▲ unul sau două semne de înțepătură;
- ▲ umflătură;
- ▲ grețuri sau vărsături;
- ▲ respirație dificilă;
- ▲ șoc (vezi p. 236);
- ▲ convulsii;
- ▲ somnolență;
- ▲ pierderea conștienței.



Țineți partea muscată sau peș de nivelul mîinii

URGENTĂ

Duceți-l pe copil la spital imediat ce i-ați dat primul ajutor dacă a fost muscat de un șarpe sau de un păianjen, sau dacă a fost înțepat de un scorpion.

Ce pot face?

1 Calmați-l pe copil și ajutați-l să stea liniștit. Țineți fixă partea muscată sau înțepată și poziționați-o sub nivelul mîinii.

2 Spălați conștient zona din jurul înțepăturii sau a mușcături, dar nu sugeți mușcătura sau înțepătura.

3 Verificați dacă sînt semne de șoc și tratați-l pe copil, dacă e necesar (vezi p. 236). Dacă a fost muscat sau înțepat de picior, nu mîdicați picioarele.

4 Dacă devine inconștient, verificați dacă respiră (vezi p. 230).

5 Dacă nu respiră, începeți respirația artificială (vezi pp. 231-232).

6 Dacă respiră, puneți-l în poziția de recuperare (vezi p. 233).

7 Încercați să identificați șarpele, păianjenul sau scorpionul. Dacă l-ați prins, păstrați-l pentru a-l arăta doctorului.

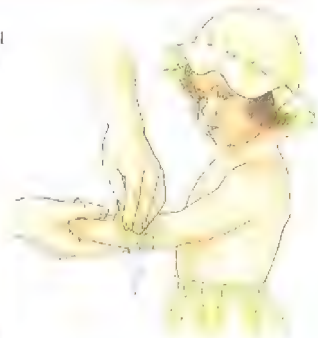
ÎNȚEPĂTURILE SEVERE DE MEDUZĂ

În Europa, singura meduză care dă înțepături severe este Razboinicul Portughez. Se găsește pe tot cuprinsul Europei, nu doar în apele portugheze, și arată ca o meduză translucidă albastru-palid, care pluteste în apă. Dacă copilul a fost înțepat de una dintre ele, va necesita îngrijire medicală.

Ce pot face?

1 Dacă copilul mai are încă vreun tentacul prins de piele, înțepătați-l, utilizând o mână de nisip umed. Evitați să atingeți tentaculele.

2 Puneți-l pe copil în poziția de recuperare (vezi p. 233) și acoperiți-l cu ceva uscat.



SEMNE/SIMPTOME

- ▲ durere arzătoare;
- ▲ roseață;
- ▲ respirație superficială;
- ▲ leșin

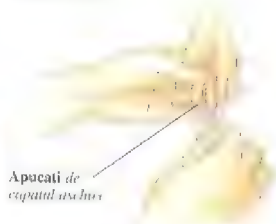
URGENTĂ

Duceți copilul la spital imediat ce i-ați dat primul ajutor dacă are o înțepătură severă de meduză.

SPINII ȘI AȘCHILE

Spini sau mici așchi se vor înfige desori în mâinile sau în picioarele copilului. Cele care se înfig în picioare s-ar putea să nu îl doară, dar cele din vârful degetelor îl vor dura.

Ce pot face?



1 Dacă așchia are un capăt ieșit în afară, sterilizați, la flacără, o pensetă, apoi trageți cu grijă așchia în afară. Spălați cu grijă zona, cu apă și săpun.

2 Dacă nu se vede vreun capăt al așchii ieșit în afară, dar puteți vedea cu claritate așchia, aceasta se află chiar sub suprafața pielii. Sterilizați un ac la flacără și lăsați-l să se răcească, până a-i atinge vârful. Apoi, începând din locul pe unde a intrat așchia, rupeți ușor pielea, de-a lungul așchii. Ridicați cu atenție capatul așchii cu vârful acului și trageți-l cu penseta, apoi spălați cu atenție zona cu apă și săpun.

3 Dacă un spin mic sau o așchie a pătruns perpendicular în piele și nu doare, e mai bine să o lăsați în pace. Vor ieși probabil singure, cu timpul.

CHEMAȚI DOCTORUL

Constați doctorul imediat ce e posibil dacă:

- ▲ zona din jurul așchii devine roșie, se umflă sau devine dureroasă 48 de ore mai târziu;
- ▲ nu puteți înțepăta o așchie mare sau dureroasă;
- ▲ copilul are înțepătură o bucată de sticlă sau de metal

BĂȘICILE

Bășicile se formează când pielea este afectată de arsuri, opăreli sau frecături. Bășica plină cu lichid protejează pielea nouă ce se formează dedesubt. Se va desprinde de la sine câteva zile mai târziu.

Ce pot face?

1 Nu spargeți și nu înțepătați bășica. Îmbrăcați pe copil în haine care nu se vor freca de bășică.



2 Dacă bășica se sparge, lăsați-o descoperită, cu excepția situațiilor în care zona este expusă frecării (de exemplu, dacă se află pe picior). În acest caz, protejați-o cu un plastru adeziv.

ÎNGRIJIREA SĂNĂTĂȚII

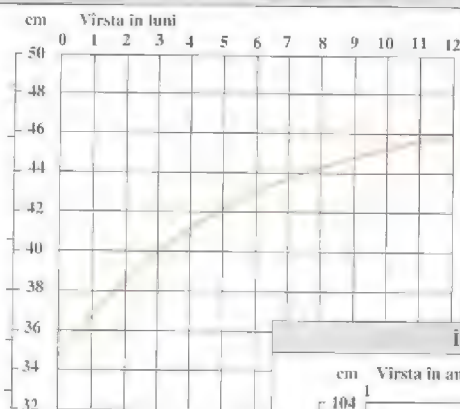
GRAFICE DE CREȘTERE

FETE

GRAFICELE DE MAI JOS prezintă creșterea medie la copii dintr-o cotă, nu și intervalul de variație al măsurătorilor normale. Puteți controla evoluția bebelușului prin cântărirea și măsurarea lui regulată și marcarea creșterii lui prin curbe personale pe graficele de creștere. Forma curbei ar trebui să fie similară formei curbei „medii”, acest lucru demonstrează o rată sănătoasă a creșterii.



CIRCUMFERINȚA CAPULUI LA FETITE



Medie

Intervalul de măsurători probabil
la un copil normal: 94% dintre
fetele se află în acest interval.



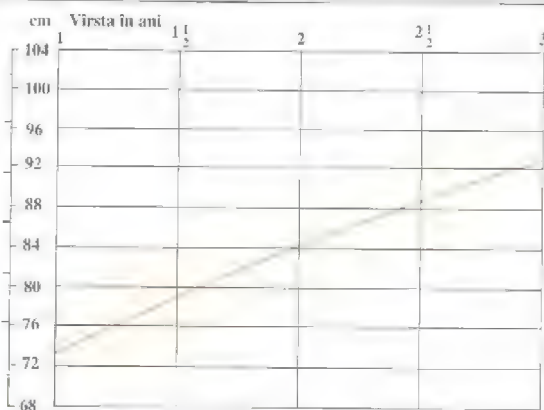
CIRCUMFERINȚA CAPULUI

Asistența medicală sau doctorul va măsura cu un centimetru de creștere cea mai mare circumferință a capului fetelor imediat deasupra sprâncenelor și urechilor (vezi p. 81). În timpul primului an de viață, circumferința capului este un indicator de creștere mai ușor de urmărit decât lungimea.

GHIȘ APROXIMATIV AL MĂRIMII HAINELOR

4-6 luni	60 cm	până la 4,5 kg
6-12 luni	70 cm	până la 6,5 kg
12-18 luni	80 cm	până la 8,5 kg
18-24 luni	85-90 cm	
	90-100 cm	

ÎNĂLȚIMEA FETITELOR

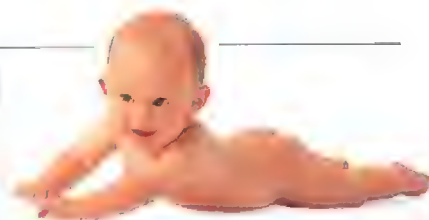
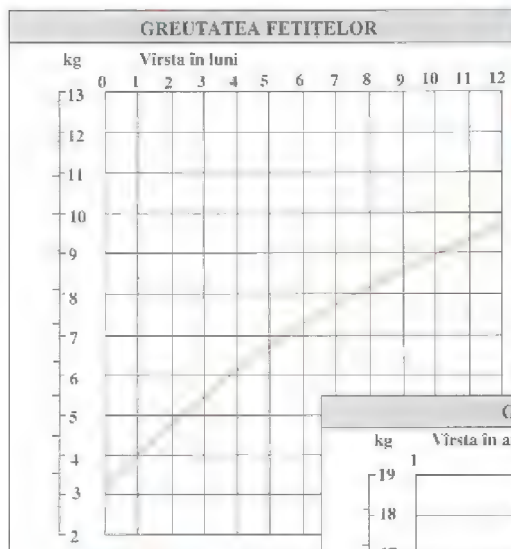


ÎNĂLȚIMEA COPILULUI

La aproximativ 6 luni măsurați copilul la aceeași zonă de perete. Trebuie să stea lipit de acesta, cu călcăiele apropiate și fără pantofi. Utilizați un echer pentru a-și măsura înălțimea, apoi măsurați distanța

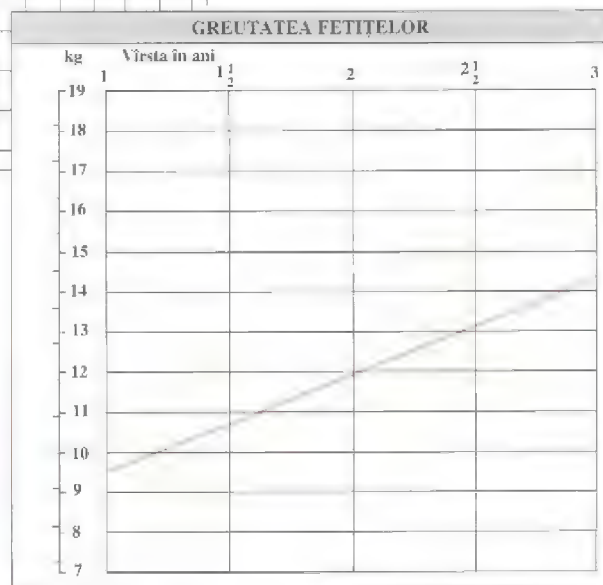
de la semn până la podea. Nu lăsați migrație dacă copilul are perioade de creștere lentă separate de izoluții, dar dacă creșterea între două măsurători pare foarte lentă, consultați doctorul.

GRAFICE DE CREȘTERE



GREUTATEA BEBELUSULUI

Creșterea în greutate a fetei este un indicator vital al stării sale de sănătate și a stării sale de bine pe parcursul primului an de viață. Cereți asistentei sau doctorului să-l cântărească o dată pe lună. Dezbărațul său îmbrăcat doar într-un scuteț ușor, sau mai des dacă simte îngrădură, cântărește normal în greutate.



GREUTATEA COPILULUI

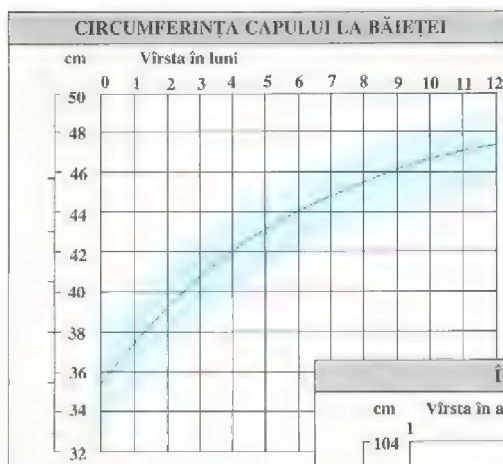
După cântărirea de la naștere, cântăriți-l pe copil la fiecare șase luni, gol sau într-un scuteț curat. Nu va crește constant în greutate, dar perioadele de creștere lentă, respectiv rapidă, ar trebui să se compenseze. Nu ar trebui să scadă în greutate,

chiar dacă este foarte gras, de regulă înălțimea „ajunge” la greutatea corespunzătoare și nu invers. Cereți-i doctorului statul dacă fetușul scade în greutate, sau dacă două măsurători consecutive sînt mai mici decît v-ați așteptat.

GRAFICE DE CREȘTERE

BĂIEȚI

GRAFICELE DE MAI JOS prezintă creșterea medie la copii (linia continuă) și intervalul de valori ale măsurătorilor normale. Puteți controla evoluția bebelușului prin cântărirea și măsurarea lui regulată și marcarea creșterii lui prin curbe personale pe graficele de creștere. Forma curbei ar trebui să fie similară formei curbei „medii”; acest lucru demonstrează o rată sănătoasă a creșterii.



CIRCUMFERINȚA CAPULUI

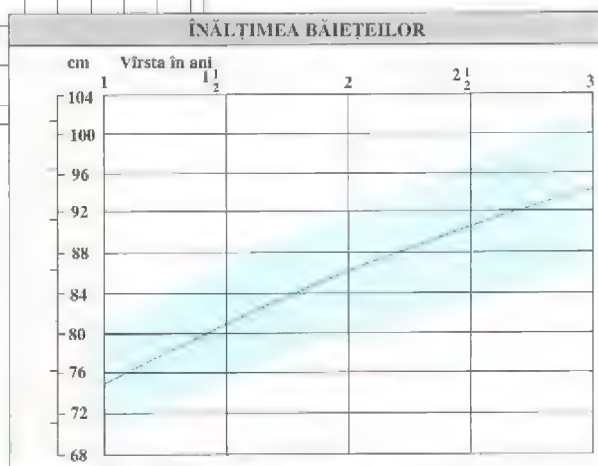
Asistenta medicală sau doctorul va măsura cu un centimetru de croitorie cea mai mare circumferință a capului băiețelului, imediat deasupra sprâncenelor și urechilor (vezi p. 81). În timpul primului an de viață, circumferința capului este un indicator de creștere mai ușor de urmărit decât lungimea.

GHID APROXIMATIV AL MĂRIMII HAINELOR

0-3 luni	60 cm	până la 4,5 kg
3-6 luni	70 cm	până la 6,5 kg
6-12 luni	80 cm	până la 8,5 kg
12-18 luni	85-90 cm	
18-24 luni	90-100 cm	

Medie

Intervalul de măsurători probabile la un copil normal; 94% dintre băieți se află în acest interval.

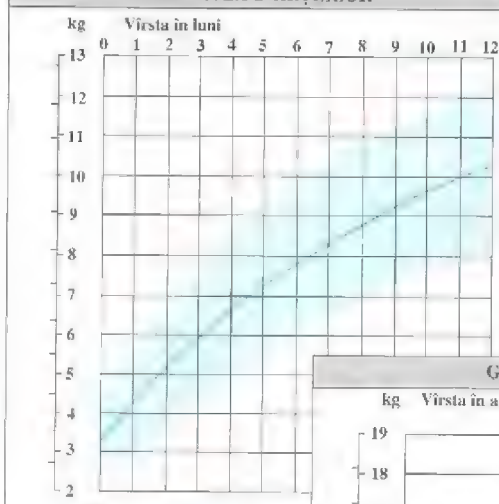


ÎNĂLȚIMEA COPILULUI

La aproximativ 6 luni măsurati copilul în dreptul aceleiași zone de perete. Trebuie să stea lipit de acesta, cu călcăiele apropiate și fără pantofi. Utilizați un echer pentru a-i măsura înălțimea, apoi măsurați

distanța de la semn până la podea. Nu vă îngrijorați dacă copilul are perioade de creștere lentă, separate de izbucniri; dar dacă creșterea între două măsurători pare foarte lentă, consultați doctorul.

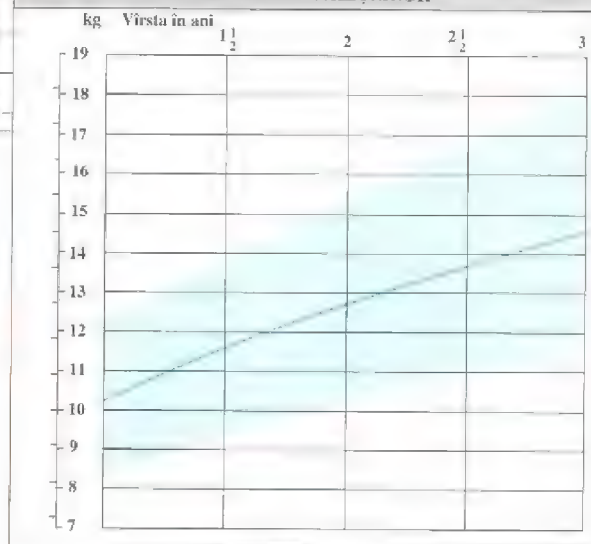
GREUTATEA BĂIEȚELOR



GREUTATEA BEBELUSULUI

Creșterea în greutate a bebelușului este un indicator vital al stării sale de sănătate și al stării sale de bine pe parcursul primului an de viață. Cereți asistentei sau doctorului să vă cîntărească o dată pe lună, dezechiațat sau îmbrăcat doar într-un scutece ușor, sau mai des dacă simțiți îngrijorarea că nu crește normal în greutate.

GREUTATEA BĂIEȚELOR



GREUTATEA COPILULUI

După călătoria de la naștere, cîntăriți-l pe copil la fiecare șase luni, gol sau într-un scutece curat. Nu va crește constant în greutate, dar perioadele de creștere lentă, respectiv rapidă ar trebui să se compenseze. Nu ar trebui să scadă

în greutate, chiar dacă este foarte gras, de regula înălțimea „ajunge” la greutatea corespunzătoare și nu invers. Cereți-i doctorului stăruind dacă băiețelul scade în greutate, sau dacă două măsurători consecutive sînt mai mici decît v-ați așteptat.

INDEX

leagăn cu cadru 160
leagănul 86, 117, 124
legume, alimentația copilului 110-111, 113
 fibre 57, 213
 piureuri 109, 110, 112
 plăcute și neplăcute 115
 surse de substanțe nutritive 51, 52
lezioni ale feței 240
 ale măduvei spinării 229
 ale spatelui 229
lichid amniotic 23
lichid de îmbăiere 135, 138, 140, 141, 142
 pentru fundulețul bebelușilor 148
limbă 15, 68
lindeni 224
linguri: hrănirea bebelușilor 108, 112, 114, 115
 medicamente 189
linia neagră 18, 21, 26
loțione de sugari 135, 148
lucrul: și alăptatul la sân 97
 factori de risc 10
lucruri plăcute și neplăcute 112, 115, 116
luxație 201
 de sold 69, 81, 146

M

mănuși fără degete 128
mătreasă 138
mamelone crăpate 96
 și hrănitul la sân 88, 90, 91, 92, 93
 duretase și iritate 55, 78, 96
 hrănirea bebelușilor prematuri 88
 stăruirea lăptelui 94-95
 și tetinele 99
plate 23, 93
cremă pentru 55, 96
în timpul sarcinii 18, 20, 22, 23
retrase (ombilicate) 23
 vezi și areole; sini
manevrarea bebelușilor 82-86
manson: căptușeală de scutece 149
 care se aruncă, pentru alimentarea cu biberonul 98, 102, 105
masaj 17, 58, 59, 161
masă de înfășat 146, 147, 148, 158, 227
mască de sarcină 21
masurare 170
mașină: scaune de mașină 158, 159
 călătoria în 159
 culcare bebelușilor 125
 siguranța în 159, 228
materii fecale și toxoplasma 13
 vezi și scaune
meconiu 31, 69, 146
medicamente
 în timpul travaliului 64

în timpul sarcinii 13
administrarea lor bebelușilor 118, 189
administrarea lor copiilor 190
 pentru copii 189-191
 picături 190-191
 și alăptatul la sân 93
 și colicile 118
 și erupția primilor dinți 119
membri inferioare: controlul 69
dezvoltarea lor la făt 15, 17, 19, 20, 21, 23, 31
fracturi 241
umflare (edeme) 36, 42
varice 29, 36, 42
meningită 225
vaccinare 196
mersul 133, 164, 165
 „mici pentru vîrstă”, bebelușii 39, 70
 microză vaginală 42
 miliaria 175
 mîngi 163
 mîni: ale bebelușilor 68, 76, 80
 ale fătului 15, 20
 învățarea utilizării lor 128, 131, 166
 și hipotermia 178
 și îmbrăcătul 128, 131
umflare 36, 42
mîncare gătită și înghețată 53
mîncăruri în timpul sarcinii 30, 41
 și varicela 198
 la copii 258
moarte subită 13, 121, 123, 178
moasă 32, 57, 71
momente de absență 180
monitorizare în cursul travaliului 63
 electronică a fătului 65
născători: ale bebelușului în timpul alăptatului la sân, 97
 cum să ne comportăm cu 171
 de șarpe 244
 de albine 244
 de animale 239, 244
 de păianjen 244
 de meduză 245
muzică 23, 125

N

naștere vezi travaliu
naștere provocată 66
 nașterea (expulzia) cu forcepsul 66, 67
 în prezentativ pelviană 67
 la domiciliu 32, 54
 în spital 32, 33
 a doua perioadă 60
 a învătăi despre 17, 19
 a treia perioadă 63
 culmarea durerilor 64-65
 intervenții în situații speciale 66
 monitorizare 65
 pregătirea pentru 54-55
 poziții 58-59, 60, 61

tranziția 60
nas: picături de 190, 194
 corpi străini în 243
 sîngerări din 239
 stergera 194
negi 222-223
nidatie 14
noaptea: mesele 88, 97, 125, 126
 renunțarea la scutece 157
 somn 122, 124-125
trezirea 126
nuci 50, 51, 52, 111
nutriție vezi hrănire

O

ouă, fracturi 241
obiecte înfipite 238
oboseală: semn precoce de sarcină 12
 în timpul sarcinii 28, 29, 42
 și somnul 122
 la copiii mici 119
ochi: ai bebelușului 68, 78, 80, 161
 blefarită 202
 conjunctivită 202
 corpi străini în 242
 dezvoltare la făt 15, 17, 22, 23, 24
 cure curg 175
 lipicioși 177
 picături 177, 191
 strabism 68, 80, 203
 și pojarul 198
 unguente 191
 oriorul 203
odihnă: în timpul sarcinii 23, 25, 26, 27, 29, 31, 40, 42
 după travaliu 79
 vezi și somn
opăreli 237
operația cezariană 67
operații, copii 185
oreion 200
 și anticorpi 189
 vaccinare 196
orele de masă 108, 113, 114-115, 116
organe genitale: la naștere 68, 69
 curățirea lor 135, 137, 150-151
 jocul cu 170
 probleme 217
 otita purulentă 205
 otrăvire 236
ouă, pentru copii 110, 115
ovulație 13, 14
oxiuri 217, 224

P

pahare 108, 192
 a clă de băut în 113, 114
pantaloni de antrenament 156
de plastic 149, 153, 154, 176, 217
pantofi: pentru copii 133, 164
 în timpul sarcinii 21, 25

paracetamol 71
 soluție de 188, 190, 197
pastă de dinți 116, 135, 144
pai, pentru hrănire noaptea 125
 și odarea lui 155
 pentru nașterea la domiciliu 54
păduchi 224
pălării 128
 în tratarea păduchilor și lîndenilor 224
 pentru a preveni hipotermia 178
 de soare 128, 221
palmuire 170
păr: la naștere 68
 al fătului 21, 28
 lanugo 19, 31, 69
 păduchi și lîndeni 224
 pieptănutul bebelușilor 135
 spălarea la bebeluși 138, 141, 142
 pături : cumpărare pentru nou-născuți 27, 120
 înfășarea bebelușului în 120, 123
 pătuș 120, 121, 122
 apărătoare 121
 siguranță 120-121, 123, 227
pedepse 116, 170
penis: ridicarea 157
 evitarea fimozei 133
 jucatul cu 170
 probleme 217
 schimbarea scutecele 151, 152, 154, 155
periatul părului 135
perii de dinți 135, 144, 145
 de păr 135
 de sticlă 99
 tratarea păduchilor și lîndenilor 224
perne 45
 exerciții pentru 27, 41, 45, 71, 72, 73
 în travaliu 61, 62
 și episiotomia 66
personalitate 23, 168
pertussis, vezi tuse convulsivă
pește: cu hrană pentru bebeluși 110-111
 în timpul sarcinii 50
pete 218
 „de lapte” 175
 albastru mongoloide 69
 de vin de port 69
petdină 64
piscături de urică 219
picături: urechi 191, 204
 ochi 191
 nas 190, 194
picături: ale bebelușului 68
 ale copilului 133
 controlul lor la naștere 69
 exerciții după naștere 72
 și mersul 133, 164
 veruci 222-223
 vezi și pantofi
pictatul 166

piele: la naștere 63, 69
galbenă vezi icter
în timpul sarcinii 18, 20, 21, 30, 41
rupturi în timpul travaliului 62
semne din naștere 68, 69
vergeturi 24, 42
vezicule 245
arsuri și opăreli 237
arsuri solare 221
cosuri și furuncule 218
crăpătură 221
făului 19, 21, 22, 23, 24, 25, 28, 31
frisoane 118, 178
herpes 222
icter 70
impetigo 223
menținerea curățeniei 134
negi și veruci 222-223
pete „de lapte” 175
pigmentare 18, 20, 21, 26
probleme de diagnostic 218
spini și aschile 245
sudamită 219
supraîncălzire 118, 178
tăieturi și zgîrieturi 239
urticarie 219
uscăță 174
eczema 220
vinătă 240
vezii și mîncărime: erupție; vernix
pietăș 128
punerea 130
scotocirea 132
piepteni 135
tratarea păduchilor și lîndcilor 224
pierderi de urină 27, 38, 41, 61, 72, 73
pigmentarea pielii 18, 20, 21
pipetă medicinală 189
pișturi 18, 21
pietură 109, 110, 111, 113
piute 51, 52
pentru copii 110, 116, 213
sandvișuri 110, 115, 116
placentă 18, 23
copii mici pentru vîrstă 39
dezlipire prematură 39
dezvoltare 14, 18
eliminare (expulzie) 63
placenta praevia 39
procentul din câștigul total în greutate
31
sîngerare 39
traversarea alimentelor 53
plasă de pisici/insecte 122, 228
plămîni 210
astm 210-211
bronșită 210
dezvoltarea fătului 15, 25
pneumonie 211
vezii și tuse
plîns 117-119
în primele șase săptămîni 78
respectarea sentimentelor 171
seme de urgență 174
și cerutul de mîncare 88
și problemele de somn 126

pneumonie 211
și guturaiul 195
poftă 12, 53
pojar 198
și anticorpi 189
și guturaiul 194
vaccinare 196
pompe, de „amalgamare” a laptei 95
porți: grădina 168, 228
trepte 163, 168, 170, 228
povești, la culcare 125
poziție în genunchi în timpul
travaliului 60, 61
în timpul sarcinii 16, 24, 44
de recuperare 233
praf de curățat 149
preclampsia 33, 34, 35, 38, 42
prepuș 135, 137, 151
inflamat 217
prieteni 166, 167
probleme de comportament 170-171
probleme emoționale: după naștere 71,
76-77
în timpul sarcinii 12, 16
prosoape 135
de baie 134, 141
proteine: în alimentație 50
în urină 34
pușă pentru bebeluși 135, 136, 139
pulover 128
pentru nou-născuți 27, 129
puls 184, 232
punga apelor: rupere 56
puoi, ochi lipiți 177

R

rîni: tăieturi și zgîrieturi 239
obiecte înfipte 238
sîngerare abundentă 238
rîșfățatul copiilor 168
rîul de dimineață 12, 16, 41
recompense 116, 170
reflexe: de apucare 81
de căutare a mamelonului 90
de scurgere 63
de lăsașe 91
de sugere 107
repausul la pat, copii bolnavi 193
respirația „gîfîită” 49, 62
exerciții (tehnici) pentru 19, 23, 49,
56
în timpul travaliului 59, 60
respirația dificilă 26, 28, 40
controlul 230
după naștere 63
respirația artificială 230-232
zgometoasă 208, 210
urgente 174
vezii și astm: bronșită
resuscitare 229, 230-232
retenția de lichid 22, 42
rîdicarea bebelușilor 82-84
ridicatul obiectelor în timpul sarcinii
44
rîdichi 159, 216

infecții 216
în sarcină 16, 34
rostogolitul 161
rubeola 197
în timpul sarcinii 10, 25, 197
vaccinare 10, 196
rucsacuri 158

S

săpun 135, 140
săritul 166
sînge: în timpul sarcinii 16, 31
analize 27, 35
în scaun 146, 213
sîngerare: după naștere 71
a gingiilor 40
din avort 39
din cordonul ombilical 136
din nas (epitaxis) 239
urgente 238
vaginală 39, 71
sini 87, 88, 92, 93, 97
angorjați 93, 96
care curg 96
după alăptatul la sin 93
bebelușului la naștere 68
canale blocate 96
îngrijirea lor 96, 98, 106
masia 96
oprirea alăptării 97, 98
surgere 96
suten pentru perioada de alăptare 29,
55, 96, 98
în timpul sarcinii 12, 16, 18, 20, 22,
24, 31
sutenul pentru perioada sarcinii 17,
23
vezii și areole: mameloane
sacoșă pentru înfășat 158
saltea 121
sarcina, confirmarea 12
sarcini multiple (gemelate) 15, 39, 67
sare: în alimentele copiilor 110, 111,
112
în băuturile cu glucoză 214
în timpul sarcinii 38, 52
scaune înalte 109, 116
ce pot fi fixate 109
scaune: anormale 212, 215
ale bebelușului 69, 146
sînge în 146, 213
semne de urgență 174
scărpinatul 218
și varicela 199
scîncitul 170
scutulul noaptea 126
scurgeri vaginale 20, 42, 68
la bebeluși și copii 217
scutece 146-157
care se aruncă 146, 148, 152, 158
de material textil 146, 149, 153-155
echipament 148
renunțarea la 156-157
schimbarea 138, 143, 146, 147,
150-152, 154-155, 176, 227
tipuri 146
scutece de sifon 148, 149, 153
de unică folosință 146, 148,
152
dia material textil 146, 149,
153-155
flauste 146, 148, 149,
153-155
semne de urgență: bebeluși 174
copii 182
în timpul sarcinii 38
semne din naștere 68, 69
în timpul sarcinii 21
din naștere sub formă de căpsună 69
sexul bebelușului 15, 19, 37
sfîșul genetic 10
sifilis 33, 35
siguranță 119, 168, 226-228
animale 122
bebeluși care dorm 121
bebeluși care se țin 162
centuri de 159
harnici de 109
în mașini 159, 228
în timpul băii 141
în grădina 168, 228
în landou și cărucioare sport 159
medicamente 190
nuci 111
trepte 163, 228
a băilor 227
a dormitoarelor 227
simptome 174-175, 180-181, 182-184
sindromul Down 10, 37
sindromul Reye 190, 197
sinuzită 194
sistemul urinar 216
și antibioticele 189
și durerea abdominală 212
somn 120-127
cantitate 76, 122
și stutul uscat 157
copilul bolnav 193
în timpul alăptării cu biberonul 107
în timpul alăptării la sin 92
probleme 126
bebelușul în uter 23
în timpul sarcinii 41
în timpul zăcii 120, 122
sos 163
spătare parțială 134, 136-137
spălat: bebeluși 134-143
biberonul 109
hainele bebelușului 128
păr 29
sini 96
scutece 149, 153, 176
spălător de vase 101
spermatozoid 14, 15
spina bifida 37
spini 245
spitale: copilul în 185
urgente 229
internare în timpul travaliului 57



— DORLING KINDERSLEY —

MAMA ȘI COPILUL



Un ghid practic complet și bogat ilustrat pentru îngrijirea dumneavoastră și a copilului din momentul concepției pînă la vîrsta de trei ani

- Cea mai sigură cale de a învăța cum să vă îngrijiți copilul, pas cu pas
- Include cele mai recente informații despre testele prenatale, despre alimentația și regimul de viață al bebelușului
- Textul accesibil oricui și cele peste 800 de fotografii color oferă o imagine clară și ușor de înțeles
- Dă soluții simple, practice și de bun-simț tuturor problemelor pe care le poate întâmpina o mamă în creșterea copilului său

O carte necesară oricărei femei care este sau vrea să devină mamă

**Enciclopedia
RAO-**

973-98487-4-5



9 789739 848749

